



ఉప వేదాలు

ఆరోగ్యం

అన్న విజ్ఞానము





సదాశివ సమారంభాం
గురు దక్షిణామూర్తి
గురు వేదవ్యాస మహర్షి
గురు శుక మహర్షి
గురు నారద మహర్షి
గురు వాల్మీకి మహర్షి
గురు శ్రీకృష్ణ
శంకరాచార్య మధ్యమాం
గురు దత్తాత్రేయ
గురు బాబాజీ
గురు గౌతమ బుద్ధ
గురు ఆదిశంకరాచార్య
గురు రామానుజాచార్యులు
గురు జ్ఞానేశ్వర్
గురు రవిదాస్
గురు కబీర్ దాస్
గురు చైతన్య మహా ప్రభువు
గురు నానక్
గురు రాఘవేంద్ర స్వామి
గురు వీరబ్రహ్మేంద్ర స్వామి
యోగి వేమన
అస్మదాచార్య పర్యంతాం
గురు త్రైలింగ స్వామి
గురు లాహిరి మహాశయ
గురు రామకృష్ణ పరమహంస, అమ్మ శారదాదేవి
గురు వివేకానంద
గురు సాయి బాబా
గురు అరబిందో
గురు రమణ మహర్షి
గురు యోగానంద
గురు భక్తివేదాంత ప్రభుపాద
గురు మళయాళస్వామి
గురు విద్యాప్రకాశానందగిరి
గురు చంద్రశేఖర పరమాచార్య
వందే గురుపరంపరాం..

నన్ను "నేను" తెలుసుకోవటానికి

నన్ను "నేను" మార్చుకోవటానికి

నన్ను "నేను" చేరుకోవటానికి

మరియు అత్యుత్తమ జీవన విధానానికి

కావలసిన భక్తి,జ్ఞాన,కర్మ,ధర్మ సమాచారం ఒకేచోట తెలుగులో ఉచితంగా!

సాధారణంగా వేదాంతం తెలుసుకోవాలనే కోరిక వుంటుంది, కాని గ్రంధాలు అందుబాటులో లేవు. ఇంకొకరి దగ్గర గ్రంధాలు వుంటాయి, కాని జిజ్ఞాసువులకి ఎక్కడ ఉన్నవో తెలియదు. అలాగే కొన్ని లైబ్రరీ లో కొన్ని రకాల పుస్తకాలు మాత్రమే లభ్యం అవుతున్నాయి, అంతేగాక విలువైన గ్రంధాలు సరైన సంరక్షణ లేక కనుమరుగైపోతున్నాయి, కనుక మన అందరి కోసం భారత ప్రభుత్వం పురాతన ఆధ్యాత్మిక గ్రంధాలను సంరక్షించే నిమిత్తం ఎంతో శ్రమతో కంప్యూటరీకరణ ద్వారా ఒక చోట చేర్చుతూ ఆన్ లైన్ చేయటం జరిగింది. ఇటువంటి విలువైన జ్ఞాన సంపదను మరింత సులభంగా అందుబాటులోకి తీసుకురావటానికి సాయి రామ్ సేవక బృందం ఉడతా భక్తి గా ఇప్పటివరకి దాదాపు **5000** పుస్తకాలను వివిధ వర్గాలుగా విభజించి PDF(eBOOK) రూపంలో ఆన్ లైన్ లో ఉచితంగా అందించటం జరిగింది. కనుక ప్రతి ఒక్కరు ఈ సదవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోగలరు. ఇందుకు సహాయం అందించిన భారత ప్రభుత్వపు వెబ్ సైట్(డిజిటల్ లైబ్రరీ అఫ్ ఇండియా http://www.new.dli.ernet.in), ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్(https://archive.org), గూగుల్ వెబ్ సైట్(https://www.google.co.in), మైక్రోసాఫ్ట్ వెబ్ సైట్(http://www.microsoft.com) కు మేము ఋణపడివున్నాము.అలాగే ఇటువంటి బృహత్తర కార్యక్రమానికి పెద్ద మొత్తం లో గ్రంధాలను అందించిన తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానమునకు కూడా మనం ఋణపడివున్నాము. సాయి రామ్ సేవక బృందం కోరుకొనేది ఒక్కటే, ప్రతి ఇల్లు ఆధ్యాత్మిక జ్ఞాన గ్రంధాలతో నిండిపోవాలన్నదే మా కోరిక.

ఈ గ్రంధాలను ఉచితంగా ఆన్ లైన్ లో చదువుటకు, దిగుమతి(డౌన్లోడ్) చేసుకొనుటకు గల మార్గాలు:

1) భారత ప్రభుత్వపు వెబ్ సైట్: http://www.new.dli.ernet.in లేక http://www.dli.ernet.in
2) సాయి రామ్ వెబ్ సైట్: http://www.sairealattitudemanagement.org
3) సాయి రామ్ గూగుల్ సైట్: https://sites.google.com/site/sairealattitudemanagement
4) ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్: https://archive.org/details/SaiRealAttitudeManagement

ఈ జ్ఞాన యజ్ఞం పై గల సలహాలు,సూచనలకు సేవక బృందాన్ని సంప్రదించుటకు: sairealattitudemgt@gmail.com

సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సమాచారం: https://www.facebook.com/SaiRealAttitudeManagement

సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సంబంద వీడియోలు: https://www.youtube.com/user/sairealattitudemgt

ఈ జ్ఞాన యజ్ఞంలో ప్రతి ఒక్కరు పాల్గొని, ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని,మీరు సంతృప్తులైతే మరొక సాధకునికి, జిజ్ఞాసువులకు మార్గం చూపించగలరని ఆశిస్తున్నాము. మీరు చదువుకోవటంలో ఏమైనా ఇబ్బంది కలిగితే సేవక బృందంను సంప్రదించగలరు. ఒకవేళ మా సేవలో ఏమైన పొరపాటు వస్తే మన్నించగలరు.

ఈ గ్రంధపు భారత ప్రభుత్వ డిజిటల్ లైబ్రరీ గుర్తింపు సంఖ్య: 2020120034078

గమనిక: భక్తి,జ్ఞాన ప్రచారార్ధం **ఉచితంగా eBook** రూపంలో భారత ప్రభుత్వపు సహాయంతో ఇవ్వడం జరిగింది. ఈ గ్రంధముపై వ్యాపార,ముద్రణ హక్కులు రచయిత,పబ్లిషర్స్ కి గలవు, కనుక వారిని సంప్రదించగలరని మనవి చేసుకొంటున్నాము.

Sai**R**eal**A**ttitude**M**anagement(SAI RAM) - సాయి నిజ వ్యక్తిత్వ నిర్వహణ(సాయి రామ్)

* సర్వం శ్రీ సాయినాధ పాద సమర్పణమస్తు *

భారత ప్రభుత్వపు వెబ్ సైట్ - డిజిటల్ లైబ్రరీ అఫ్ ఇండియా

http://www.new.dli.ernet.in



అతి విశిష్టం ఈ దానం!

స్వామి వివేకానంద

"దానాలలోకెల్లా ఆధ్యాత్మిక విద్యాదానం చాలా శ్రేష్ఠమైంది! దాని తరువాతిది లౌకిక జ్ఞానదానం, ప్రాణదానం, అన్నదానం" అని వ్యాసమహర్షి చెప్పారు.

మన ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం భారతదేశ హద్దులలో నిలిచి పోకూడదు. లోకమంతటినీ ఆవరించాలి! ఇలా లోకవ్యాప్తమైన ధర్మప్రచారాన్ని మన పూర్వులు చేశారు. హైందవ వేదాంతం ఎన్నడూ ఈ దేశం దాటి పోలేదని చెప్పేవారూ, మతప్రచారార్థం తొలిసారిగా, పరదేశాలకు వెళ్ళిన సన్యాసిని నేనే అని చెప్పేవారూ, తమ జాతిచరిత్ర నెరుగని వారే! ఇలాంటి సంఘటనలు ఎన్నోసార్లు జరిగాయి. అవసరమైనప్పుడల్లా, భారతీయ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానప్రవాహం వెల్లువలా లోకాన్ని ముంచెత్తుతూ వచ్చింది.



రాజకీయ ప్రచారాన్ని రణగొణధ్వనులతో, యోధులతో సాగించవచ్చు. అగ్నిని కురిపించి, కత్తిని ఝళిపించి, లౌకిక జ్ఞానాన్నీ, సంఘనిర్మాణ విజ్ఞానాన్నీ విరివిగా ప్రచారం చేయవచ్చు. కానీ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానదానం కళ్ళకు కనిపించకుండా, చెవులకు వినిపించకుండా కురుస్తూ, రోజా పువ్వుల రాసుల్ని వికసింపజేసే మంచులాగా నిశ్శబ్దంగా జరగవలసి ఉంది. భారతదేశం నిరాడంబరంగా, లోకానికి మళ్ళీ మళ్ళీ చేస్తూ వచ్చిన దానమిదే!

మిత్రులారా! నేను అవలంబించే విధానాన్ని తెలియజేస్తాను వినండి. భారతదేశంలోనూ, ఇతర దేశాల్లోనూ మన పారమార్థిక ధర్మాలను బోధించడానికి తగినవారుగా మన యువకుల్ని తయారు చేయడానికై భారతదేశంలో కొన్ని సంస్థలను నెలకొల్పాలి! ఇప్పుడు మనకు కావలసింది బలిష్ఠులు, ఐవసంపన్నులు, ఋజువర్తనులు, ఆత్మ విశ్వాసపరులు అయిన యువకులు. అలాంటి వారు నూరుమంది దొరికినా, ప్రపంచం పూర్తిగా పరివర్తన చెందగలుగుతుంది!!

ఇచ్ఛాశక్తి తక్కిన శక్తులన్నిటి కన్నా బలవత్తరమైంది. అది సాక్షాత్తూ భగవంతుని దగ్గరి నుండి వచ్చేదే కాబట్టి దాని ముందు తక్కినదంతా లొంగిపోవలసిందే. నిర్మలం, బలిష్ఠం అయిన 'ఇచ్ఛ' (సంకల్పం) సర్వశక్తిమంతమైంది. దానిలో మీకు విశ్వాసం లేదా? ఉంటే మీ మతంలోని మహోన్నత ధర్మాలను ప్రపంచానికి బోధించడానికై కంకణం కట్టుకోండి. ప్రపంచం ఆ ధర్మాల కోసమై ఎదురుచూస్తోంది. అనేక శతాబ్దాలుగా ప్రజలకు క్షుద్రసిద్ధాంతాలు నేర్పడం జరిగింది. వారు వ్యర్థులని ప్రపంచమంతటా బోధలు జరిగాయి. ఎన్నో శతాబ్దాల నుండి వారు ఈ బోధనల వల్ల భయభ్రాంతులై, పశుప్రాయులైపోతున్నారు. తాము ఆత్మస్వరూపులమనే మాటను వినడానికైనా వారెన్నడూ నోచుకోలేదు. "నీచాతినీచుడిలో కూడా ఆత్మ ఉంది. అది అమృతం, పరమ పవిత్రం, సర్వశక్తిమంతం, సర్వవ్యాపకమైనది" అని వారికి ఆత్మను గురించి చెప్పండి. వారికి ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ప్రసాదించండి. ❖

మూలం: శ్రీ రామకృష్ణ ప్రభ - ఫిబ్రవరి 2014

అన్న విజ్ఞానము



గ్రంథకర్త

ఎస్. టి. ఏ. రాజగోపాలాచార్యులు, ఎం. ఎ.,

తెలుగు ఉపన్యాసకులు

కె. బి. జె. కాలేజి, భీమవరం - 2

ఈ గ్రంథమునుగూర్చి....

శ్రీమాన్ రాజగోపాలాచార్యుల వారు అన్నమునకు సంబంధించిన అన్ని విషయములను సోదాహరణముగా నిందు వివరించి యుండిరి. అన్నము విషయమున మానవులెట్టి నియమముల ననుసరింపవలెనో వారు చక్కగా నిరూపించిరి. వారెన్నో పరమార్థ విషయముల నిందు విజ్ఞాన సమగ్రముగ విశదీకరించి యుండిరి.

డా॥ దివాకర్ల వేంకటావధాని

ఎం. ఏ. (ఆనర్సు) పి. హెచ్. డి.

"అన్న విజ్ఞానము" అనేపేరుతో శ్రీమాన్ యస్. టి. వి. రాజగోపాలాచార్యులవారు అపార పరిశోధనాఫలితమైన గ్రంథాన్ని రచించారు. అన్నమును గురించి ఇంత వివరంగా వ్రాసిన గ్రంథం నేను చదువలేదు. అన్నవిజ్ఞాన శాస్త్ర రహస్యములను తెలుపు ఈ గ్రంథం అవశ్య పఠనీయము.

'కళాప్రపూర్ణ' డా॥ దాశరథి, డి. లిట్.

ఆంధ్రప్రదేశ్ ఆస్థాన కవి

అన్నకోశ పరిశీలనము చేసియు, అనేకాంశములు సూక్ష్మబుద్ధితో అవలోడన చేసియు, 'అన్నవిజ్ఞానము' గ్రంథరూపమున వెలువరిచి, తెలుఁగు వారికి మేలు చేకూర్చిన శ్రీ రాజగోపాలాచార్యుల వారి వ్యవసాయము ఫలవంతమగును గాక!

'కళాప్రపూర్ణ'

మధునాపంతుల సత్యనారాయణశాస్త్రి

అన్నగత ప్రాణులికి అన్నాన్ని గురించి గాక ముఖ్యంగా తెలుసుకో వలసిన విషయం మరొకటేముంటుంది? ఆ ఆవశ్యకతని ఒక గ్రంథాంశంగా ఎవ్వరూ నేటి వరకు గుర్తించకపోవటం విచారణీయమైన విషయమే....

'కవికౌస్తుభ'

ఆచార్య తిరుమల

అన్నంబు తినెడి ప్రతినరుఁ
డెన్నఁగఁ దగినట్టి గ్రంథమిది; శాస్త్రవిధిన్
మిన్నందిన దీనిని, అ
న్నన్నయనన్ గూర్చుకర్త నభినందింతున్ ॥

శ్రీ రామడుగు వేంకటేశ్వరశర్మ

సంస్కృత కళాశాల, భీమవరం.

"అన్నం పరబ్రహ్మ స్వరూపం" అన్నారు ఆర్యులు. అలాంటి అన్నం మీద ఒక గ్రంథాన్నే వ్రాసిన మీ ప్రతిభకు నేను మనసారా జోహారు లర్పిస్తున్నాను.

'భగీరథ'

జర్నలిస్టు; General Secretary,

Film Critics Associaiton, Hyd.

విషయ సూచిక

పుటసంఖ్య

1 ఆనందవల్లి

"కరుణశ్రీ"

అన్నం అమృత స్వరూపం" అన్నవి శ్రుతులు
అన్నం పరమాత్మ స్వరూపం" అంటున్నవి స్మృతులు
అన్నం అన్నపూర్ణా స్వరూపం" అన్నారు పండితులు
అన్నం లేకపోతే అధ్వాన్నమవుతాయి పరిస్థితులు

*

అన్నం ననింద్యాత్ తద్ వ్రతం" అన్నది ఆనందవల్లి
అన్నం నపరిచక్షీత తద్ వ్రతం" అన్నది అందాలచెల్లి
అన్నం బహుకుర్వీత తద్ వ్రతం" అన్నది బంగారుతల్లి
సమృద్ధిగా పంటలు పండిచండి!
సహోదరుల కడుపులు నిండించండి!

*

'అన్నాద్ భూతాని జాయంతే" అన్నారు విజ్ఞులు
'అతిథి దేవోభవ! అభ్యాగతః స్వయం విష్ణుః"
అన్నారు ప్రాజ్ఞులు
"అన్నదాతా సుఖీభవ" అన్నారు ధర్మశాస్త్రజ్ఞులు
"అన్ని దానాలలో అన్నదానానిదే అగ్రస్థానం" అన్నారు
అభిజ్ఞులు

లోకానికి అన్నం పెట్టే కృషిక లోకానికి
ప్రజలంతా సర్వదా కృతజ్ఞులు

*

అందుకనే
"అన్నవిజ్ఞానం'' అన్న గ్రంథం వ్రాశాడు
నాన్నగారికి అంకితం చేసాడు
ఎరుక గల సరస సాహిత్య ధుర్యుడు
తిరుమల రాజగోపాలాచార్యుడు.

*

తిరుమలాన్వయ పయోధికి సుధాలహరి నిం
డించి వెన్నెలలు పండించినాడు
మనసులో మాటలో మంచి మల్లెలను పూ
యించి పందిళ్లు వేయించినాడు
వేదవేదాంగాది విజ్ఞాన గరిమ సా
ధించి శిష్యులకు బోధించినాడు
వాసి మీరగ "శ్రీనివాసభారతి" నిస్థాం
పించి స్వప్రతిభ చూపించినాడు

వికృతి యెరుగని రసమయ ప్రకృతి యతడు
వాలుగన్నుల ''రాజగోపాలు' డతడు
"అన్న విజ్ఞానము" రచించి- కన్న తండ్రి
చరణముల నుంచె కవికులాభరణమితడు.

గుంటూరు
20-5-83

'కరుణశ్రీ'
జంధ్యాల పాపయ్యశాస్త్రి

2 ఆశీస్సు

కళాప్రపూర్ణ
డా. దివాకర్ల వేంకటావధాని
ఎం. ఏ (ఆనర్సు) పి. హెచ్. డి.

ఏ తత్కృతిపతి వేంకట శ్రీనివాసాచార్యులుగారు నలువది ఏండ్ల క్రింద నాకు శిష్యులు. అప్పటికే వారు కవులై కావ్యములు వ్రాయుచుండెడివారు. తరువాత శ్రీ చల్లా కృష్ణమూర్తి శాస్త్రి గారు మున్నగు పెద్దల వలనను, ఇతరుల వలనను వారు ఎన్నో వేదాంత విషయములను వైదిక విషయములను తెలిసికొని ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞాన సంపన్నులైరి. వేదము లందలి విషయములను, భారత భాగవతాదు లందతర్గతములైన యాధ్యాత్మిక విషయములను లోకమునకు వెల్లడింప వలెనని వారువ్విళులూరు చుండిరి. ఆ ప్రయత్నమందే వారు జీవితమును వెళ్ళబుచ్చిరి. దైవము వారినిటీవలనే తనలో లయము చేసికొని వారి ప్రయత్నముల ఫల మాంద్రులు సంపూర్ణముగా పొందకుండ చేసినది. ఆయన కీర్తి శేషులైన వార్త విని దిగ్భ్రాంతి చెందితిని. తమ విజ్ఞానములో కొంతభాగమైన చూటు లాడిన కుమార రత్నముల సాహిత్య కృషి పరిపాకమును చూడ

కుండనే వారు దివంగతు లగుట నాకు మిక్కిలి విషాదము కలిగించినది

చి. రాజగోపాలాచార్యులు గారు సుప్రసిద్ధ కవిపుంగవులైన ఆచార్య తిరుమల గారి సోదరులు. తండ్రిగారి తాత్త్విక పిపాస కుమారులందరియందును కలదు చి. రాజగోపాలాచార్యుల యందది యొకపాలధికముగ నున్నట్లు తోచును. లేనిచో వారీ గ్రంథమును వ్రాయుటకారంభించియే యుండరు. గ్రంథరచనావశ్యకత అనువ్యాసము చదివినచో వారీ గ్రంథము నెందుకు వ్రాసిరో తెలియ వచ్చును. దీనిని వ్రాయుటకు వారెంత కృషిచేసిరో గ్రంథాంతమందున్నవారు చదివిన గ్రంథముల పట్టిక చూచినచో విదితమగును. వారీ గ్రంథము ను కీర్తిశేషులైన తమ పితృపాదుల కంకితము చేయుట వారి పితృభక్తికే కాక ఔచిత్య పరిజ్ఞానమునకును తార్కాణ.

అన్న శబ్దము అద్ అను ధాతువు నుండి పుట్టినది. తినబడున దేదైన నన్నమే. కాని మనము దానిను దీకించిన బియ్యము రూపము ననే వాడుదుము జీవుల గుణరూప స్వభావాదులన్నియు వారు తిను అన్నము మీదనే ఆధారపడి యుండును. ఆహార శుద్ధిని బట్టియే సత్త్వ శుద్ధి కూడ ఏర్పడుచుండును. అన్నము జీవులకు నిత్యావసర పదార్థము. "అన్నంబ్రహ్మేతి వ్యజానాత్" అని భృగువల్లి నుడువు చున్నది. అది పఠించినచో అన్నముయొక్క ఆవశ్యకతయే కాక అసాధారణ మహత్త్వమును వ్యక్తమగును. శ్రీమాన్ రాజగోపా

లాచార్యులవారన్నమునకు సంబంధించిన అన్ని విషయములను సోదాహరణముగా నిందువివరించియుండిరి. అన్నము విషయమున మానవులెట్టి నియమములననుసరింప వలెనో వారు చక్కగా నిరూపించిరి. అన్నదాన మహిమ అనన్యసామాన్యము. ఆ దానము కావించు వారిహమున భూతతృప్తి కావించి పరమున దైవమునకు కూడ తృప్తి కలిగింతురు. వయస్సున పిన్నవారైనను శ్రీమాన్ రాజగోపాలాచార్యులవారెన్నో పరమార్థ విషయముల నిందు విజ్ఞాన సమగ్రముగ విశదీకరించి యుండిరి.

వారు మొదటను చివరను కొన్ని పద్యములు వ్రాసియుండిరి. ఆపద్యములల్ప సంఖ్యాకములయ్యు నర్థగంభీరములై ఉపనిషద్వాక్యములను తలపించుచున్నవి. వారి విజ్ఞాన దీపము దినదిన ప్రవర్ధమాన దివ్య కాంత్యుజ్జ్వలమై ప్రస్తుతము లోకము నావరించుచున్న అజ్ఞానాంధకారమును బాపి విశ్వ శ్రేయము చేకూర్చుగాక అని ఆశీర్వదించుచున్నాను.

హైదరాబాదు
9-4-1983

దివాకర్ల వేంకటావధాని

కళాప్రపూర్ణ
డాక్టర్ దాశరథి, డి. లిట్.
ఆంధ్రప్రదేశ్ ఆస్థానకవి

మాతృశ్రీ మందిరం,
104 (సి. బ్లాక్)
హైదర్‌గూడా,
హైదరాబాదు-500001

3 అన్నం బ్రహ్మ

"అహమన్న మహమన్న మన్నాదోహ మన్నాదః" అని వేదోక్తి. తానే అన్నమట. అన్నము తినువాడూ తానేనట. ఇది భగవదువాచ. ఇదిసత్యము. భక్తితో భగవంతునికి అన్నం నైవేద్యం చేస్తాం. నిజానికి భగవంతుడే అన్నం. అన్నానికి అన్నం పెట్టడ మేమిటి? కనుక మనం పెట్టింది మనకే వస్తుంది. ఒక్క మెతుకు కూడా ఆ శ్రియఃపతి భుజించడు. ఆయనే విశ్వరూపి. కనుక భూమి, నీరు, నాగలి, నారు, పంట- అన్నీ అతడే.

"అన్న విజ్ఞానము" అనేపేరుతో శ్రీమాన్ S. T. V. రాజ గోపాలాచార్యుల వారు, అపార పరిశోధనా ఫలితమైన గ్రంథాన్ని రచించారు. వారిని అభినందిస్తున్నాను.

"అనంత్యన్నే నేత్యన్నం అనప్రాణనే." అన్నంతోనే గదా ప్రాణం నిలిచేది! ప్రాణికోటి జీవించేది!

అన్నమును గురించి ఇంత వివరంగా వ్రాసిన గ్రంథం నేను చదువలేదు. అన్నవిజ్ఞానశాస్త్ర రహస్యములను తెలుపు ఈగ్రంథము

అవశ్య పఠనీయము. ఇట్టి ఉత్తమ గ్రంథాన్ని, రచయిత వారి పితృపాదులైన పుణ్యమూర్తి, మహా విద్వాంసులు శ్రీమత్తిరుమల వేంకట శ్రీనివాసాచార్యుల వారికి నివేదించుట యెంతో విజ్ఞతతో కూడిన పని. అభినందనలు.

ఈ విశ్వంలో యెవ్వరూ "అన్నమో! రామచంద్రా!" అనవలసిన అవసరం లేని రోజు రావాలి. ఇప్పటికీ రాకపోవడం దురదృష్టకరం. అన్నందొరకనిస్థితి అవనికిశాపం. ఆశాపం పోవాలంటే, అందరికీ అన్నం లభించాలంటే ఆర్థిక వ్యవస్థలో మార్పు రావాలి, ఆకలి చావులు లేని సామాజిక వ్యవస్థను నేను వాంఛిస్తున్నాను. అదిసామ్య వాదమైనాసరే, మరే వాదమైనా సరే!

భద్రమస్తు

రుధిరోద్గారి ఉగాది
హైదరాబాదు

దాశరథి
14-4-83

"కవికౌస్తుభ"
ఆచార్య తిరుమల
చైతన్య కళాశాల
హైదరాబాదు-1

4 గోరుముద్ద

సాధారణంగా మనకి తీరిక, ఓపిక తక్కువ. ఒక మంచి పుస్తకాన్ని చదవటానికి తీరికగానీ, ఒక మంచి మాట వింటానికి ఓపిక గానీ మనకి చాలా తక్కువ. ఉన్నదల్లా ఒక్కటే కోరిక! లోకాన్ని కబళించేయాలన్నంత కోరిక! నిజానికి మనకి తింటానికి ఉన్నంత ఉత్సాహం వింటానికి ఉండదు. అది కాలమహిమకాదు, జీవ లక్షణం!

మనం దైహికంగా భారతీయులం, మానసికంగా పాశ్చాత్యులం. అందుకే యీనాడు మనం దేన్నైనా పాశ్చాత్య భూతద్దాల్లోంచి చూస్తాం. అందుకే మనకి బూతర్థంకూడా మహారుచిగా వుంటుంది. 'వెధవ' అంటే నొచ్చుకుంటాం, 'ఇడియట్' అంటే మెచ్చుకుంటాం, ఇదంతా ప్రాక్పశ్చిమ సీమల ఆచార వ్యవహారాల వినిమయంలోంచి పరస్పర విలీనంలోంచి పుట్టిన రంగు, రుచి, వాసన లేని సంపద. దీనిపేరు నాగరికతా వ్యామోహం. ఇదొక పెద్ద వలయం. దీనినుండి బయట పడటం దుస్సాధ్యం. వదిలేయండి.

మనం మనల్ని గురించి కనీస విషయాలైనా తెలుసుకోం. కాలిలో ముల్లు గుచ్చుకుంటే ఎలా తీసుకోవాలో మనకి తెలియదు. ఇంక, యీ శరీరం, ఈ చర్మంలో ఉండే భాగాలు. వాటి క్రియా కలాపాలు, ఇంద్రియాలు, అవి పనిచేసే తీరులు - ఏభాగానికి ఏలోపమొస్తే ఏంచెయ్యాలి; ఎలా వుంటే ఆరోగ్యంగా వుంటుంది, ఏం జరిగితే అనారోగ్యం కలుగుతూ వుంది - మానసిక వికాసానికి ఏం చేయాలి - మొదలైన అనేక స్వధర్మ విషయాలు మనకి అక్కర్లేదు. ఆకనీస అవసరాన్ని కూడా కొందరు, కొందరు కాదు, చాలామంది తమ జీవితకాలంలో గుర్తించరు. వృక్షశాస్త్రం చదువుతారు, జంతుశాస్త్రం చదువుతారు, భూగర్భ శాస్త్రం చదువుతారు, ఖగోళ శాస్త్రం చదువుతారు - ఇంకా ఎన్నెన్నో శాస్త్రాలు చదువుతారు. కానీ, శరీర శాస్త్రం చదవరు, ధర్మ శాస్త్రం చదవరు. వస్తుగుణం తెలుసుకోరు, వాస్తవం అక్కర్లేదు. ఇదీ అసలైన అధివాస్తవిక ధోరణి! ఇదీ సర్వతంత్ర స్వతంత్రుల పరాధీనత! అందుకే ప్రతి యింటిలోను ఒక వంటగిన్నె ఉన్నట్టుగానే ఒక శరీర శాస్త్ర విషయిక గ్రంథం కూడా ఉండాలి. చదువరాని వాళ్ళు దాన్ని చదివించుకోవాలి. శ్రద్ధగా వింటూ వుండాలి.

నిజానికి, మనిషి కోసమే పుట్టి అతణ్ణి మహనీయుణ్ణి చేయటానికే నిలిచి, అతనికి అందకుండా పోతూవుంది శాస్త్రం. దీనికి విధి, నిషేధాత్మకమైన శాస్త్రమైనా కారణం కావచ్చు - లేదా

నిషేధం వల్లగాని, విధి వల్లగాని భయపడే మనిషైనా కారణం కావచ్చు. శాసన, ప్రాణాలు కలిగిందే శాస్త్రమైనా, దాని ప్రయోగంలో కొంత మంది స్వార్థపరులవల్ల వచ్చిన అనర్థాలకి భయపడి, ఆ శాస్త్రానికి మనిషి దూరంగా పారిపోతున్నాడేతప్ప, "దీని అంతు తేలుస్తా" నని ధైర్యంగా నిలబడటం లేదు. మనిషి పరుగు, పరువు శాస్త్రోన్ముఖం కావాలి.

శాస్త్రం - పువ్వులాంటి శృంగార గీతం కాదు, అక్షర ఖడ్గం. మనిషిలోని మాలిన్యాన్ని చీల్చి, కొత్తవూపిరి పోయటం దాని పని. అందుకే వేద పురాణ సారములు శాస్త్ర సూత్రాలై మనదేశంలో ఆవిర్భవించి, నాగరిగతలో గాక, సంప్రదాయంలో జీర్ణమై, సాధుజన ప్రవచనాలుగా మిగిలాయి. ఆమాటల్ని కాదన లేని రక్తం మనలో ఇంకా ప్రవహిస్తూవుంది కనుకనే – పాశ్చాత్య భౌతిక శాస్త్ర వికాసానికి, అది సాధించిన సౌకర్యాలకి అబ్బుర పడుతూనే - మన ఆలయం కనిపించగానే ఎవరూ చూడకుండా చెంపలు వేసుకుంటూ వుంటాం. ఈద్వంద్వ వైఖరి యీ యాంత్రిక యుగ యాత్రలో ఒక విశేషం.

మనిషి స్వదేశీయ స్వధర్మ సాధనలో లీనమవ్వాలి. తన వాతావరణానికి అనుగుణమైన ఆలోచనలు కలిగి వుండాలి. అదే సంస్కృతి. దాంతోనే వికాసం.

అటువంటి ఆరోగ్యకరమైన వాతావరణం కోసం, మనిషి కోసం - జాతి కోసం, అభ్యుదయం కోసం - ఈ అన్న విజ్ఞాన గ్రంథం రాయబడింది. " అలసులు మందబుద్ధిబలు లల్ప తరాయువు లుగ్రరోగ సంకలితులు " అయిన మంద భాగ్యుల్ని దృష్టిలో పెట్టుకుని కూడా రాయబడింది.

ఈ గ్రంథకర్త నా తమ్ముడు. మంచి సాధకుడు; శాస్త్ర శోధకుడు.తను మాతండ్రిగారి మాటలకి ప్రభావితుడై అపూర్వమైన యీ గ్రంథాన్ని రాసేడే తప్ప జిహ్వాచాపల్యంతో కాదు. నిజానికి మా కుటుంబం జ్ఞానాన్నం మీదే బ్రతుకుతూ వుంది. ఆ బ్రతుకులోని తీయందనాన్ని, తృప్తిని నలుగురికీ పంచటానికే యీ ప్రయత్నాలు.

అన్నగత ప్రాణులకి అన్నాన్ని గురించి గాక ముఖ్యంగా తెలుసుకో వలసిన విషయం మరొక టేముంటుంది? ఆ ఆవశ్యకతని ఒక ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞాన గ్రంథాంశంగా ఎవ్వరూ నేటి వరకు గుర్తించక పోవటం విచారణీయమైన విషయమే అయినా — ఆలోటుని నా సోదరుడు ఇలా తీర్చటానికి కలం పట్టటం షడ్రసోపేతభోజనం చేసినంత తృప్తిగా వుంది.

అంతేకాదు, భగవద్గీతలో క్షేత్ర క్షేత్రజ్ఞవిభాగయోగం, గుణత్రయ విభాగయోగం, దైవాసుర సంపద్విభాగయోగం, శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగం — ఒకటేమిటి - అన్ని యోగాలూ అన్న

వినియోగం మీదే ఆధారపడి వున్నాయి. అంత కీలకమైన అన్నాం శాన్ని "శాస్త్రయోనిత్వాత్" ఆవిష్కరిస్తున్ననారాజు (గ్రంథకర్త) ధన్యుడు.

ఐతే

" జీవో జీవస్య జీవనమ్ " అనే సూక్తి మనసులో మెరుస్తున్నపుడు, అన్నాన్ని గురించి ఎంత సమగ్రంగా చెపుదామనుకున్నా అది అసమగ్రమే అవుతుంది అందునా " జిహ్వాకోరుచి - పుర్రెకోబుద్ధి " కదా! కాబట్టి ఈ గ్రంథం 'మొదటి ముద్ద' అనుకుంటే విప్రతిపత్తిలేదు. ఈగ్రంథం ఆధారంగా ఆంధ్ర లోకానికి ఆత్మవిమర్శ, ఆలోచన కలిగి, సుఖమైన ఆత్మబుద్ధి సిద్ధిస్తే అంతకంటె కావల్సిందేముంటుంది?!?

చివరిగా ఒక మాట

మా గురుదేవులు బ్రహ్మశ్రీ చల్లా కృష్ణమూర్తిశాస్త్రి గారి 'శ్రీమద్బ్రహ్మ విజ్ఞాన పరిచయము' అనే గ్రంథానికి పీఠికవ్రాస్తూ మా నాన్నగారు " ఈ చిన్నిపొత్తము - బాలురగు పెద్దలకే శిక్ష గఱపు పెద్దబాల శిక్ష వంటి పెద్దపొత్తమే యనుట యుత్తమము " అని రాశారు. ఇటీవలే ఆయన పరమపదించారు. ఆయనే వుంటే — ఈపుస్తక విషయంలో కూడా ఆ మాటే అని ఉండేవారు. ' పుత్రాదిచ్ఛేత్ పరాజయమ్ ' కదా! సరే–

ఈ ' అన్న విజ్ఞానాన్ని కూడా అన్నంలాగే ఆదరిస్తారని ఆశిస్తూ-గ్రంథకర్త అయిన నా సోదరుడికి

''తరువులతిరస ఫల భార కురుత(గాంచు
నింగిబ్రేలుచు నమృత మొసంగు మేఘు(
డుద్ధతులు గారు బుధులు సమృద్ధి చేత
జగతి నుపకర్తలకు నిది సహజగుణము "

అన్న భర్తృహరిని గుర్తుచేస్తూ - కమ్మని నేతితో కలిపిన పప్పన్నంలో నంజుకోటానికి వేసిన ఉప్పుమెరపకాయ లాంటి నా మాటని ముగిస్తున్నాను.

తృప్తోస్మి !!

చైతన్య కళాశాల
11-4-1983

ఆచార్య తిరుమల

కృతిభర్తను గూర్చి కొందరు

1. ప్రొఫెసర్ తూమాటి దొణప్ప - నాగార్జున
విశ్వవిద్యాలయం, గుంటూరు

శ్రీ మత్తిరుమల వంశ
స్వామికి, ప్రియ శిష్యవర్గ వాంఛితసౌఖ్య
ప్రేమికి, తత్త్వార్థశ్రీ
భూమికి, శ్రీ శ్రీనివాసమూర్తికి ప్రణుతుల్!!

2. డా॥ నండూరి రామకృష్ణమాచార్య M. A. ph. D.
హైదరాబాదు.

ఆయన అనుష్ఠాన వేదాంతి. జీవన్ముక్తుడు, మేటి మేధావులలో మేరుశిఖరి. అతిలోక తేజస్వి. ఆయన చేసిన ఏకాంత సాహితీ తపస్సు - వృథాకాదు, అది ఆయన పుత్త్రులలో ఫలించ గలదని నానమ్మకము.

నా జీవితములో నన్ను "నిర్హేతుక జాయమాన కరుణతో" చూచిన మహోదారులు కొందరు ఉన్నారు. వారిలో ఆయన పేర్కొనదగిన వ్యక్తి, నేను పెంటపాడులో ఉన్నప్పుడు క్వాచిత్కముగానే నాకు ఆయన గోష్ఠి లభించెడిది. ఆయనతో నేను గడిపిన కొన్ని ఘడియలు - నేను విశ్వ విద్యాలయములో గడిపిన నెలలకంటె విలువయైనవిగా భావించు చుండెడివాడను.

3. "వేదాంత పారీణ" పండిత
శ్రీఓరుగంటి నీలకంఠశాస్త్రి - గుంటూరు.

శ్రీమాన్ శ్రీమత్తిరుమల వేంకట శ్రీనివాసాచార్యుల వారు ఉత్తమ విద్వాంసులు. ఎన్నో విషయములను అపారముగ తెలిసిన వారు. అట్టి వారు పరమ పదించుట విద్వల్లోకమునకు తీరనిలోటు.

4. సరస్వతీకంఠాభరణ, తత్త్వార్థప్రబోధక
కళాప్రపూర్ణ, విద్వాన్
డా॥ వేదుల సూర్యనారాయణశర్మ - హైదరాబాదు.

మీ తండ్రిగారిని కలిసాక ఆయన మహాజ్ఞాని, తాత్త్వికులు. గొప్ప మేధావి, సమర్థులు అనిపించింది. వారు పరమ వేదాంత నిష్ఠులై జీవితం గడిపినారు వారి జీవితం ధన్యం. కాని ఇప్పుడు వారు లేనిలోటు లోకానికే, అయినంత వరకు వారి భారతరచన వెలువరించుట తక్షణ కర్తవ్యం.

5. డా॥ దివాకర్ల వేంకటావధాని

వారు ఎన్నో వేదాంత విషయములను, వైదిక విషయములను తెలిసికొని ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞాన సంపన్నులైరి. వేదములందలి విషయములను, భారత భాగవతాదులందంతర్గతములైన యాధ్యాత్మిక విషయములను లోకమునకు వెల్లడింప వలెనని వారువ్విళులూరుచుండిరి. ఆ ప్రయత్నమందే వారు జీవితమును వెళ్ళబుచ్చిరి.

దైవము వారి నిటీ వలనే తనలో లయము చేసికొని వారి ప్రయ త్నముల ఫల మాంధ్రులు సంపూర్ణముగా పొందకుండ చేసినది. ఆయన కీర్తిశేషులైన వార్త విని దిగ్భ్రాంతి చెందితిని.

6. 'కళాప్రపూర్ణ' డాక్టర్ దాశరధి, డి. లిట్.

శ్రీమత్తిరుమల వేంకట శ్రీనివాసాచార్యులుగారు పుణ్య మూర్తి, మహా విద్వాంసులు.

7. 'కళాప్రపూర్ణ'

శ్రీ మధునాపంతుల సత్యనారాయణశాస్త్రి.

స్వర్గీయ వేంకట శ్రీనివాసాచార్యులవారు మహా పండితులు, కవులు, ఆధ్యాత్మికజ్ఞాన సంపన్నులు

8. శ్రీ వాజపేయయాజుల కృష్ణమూర్తి - రాజమండ్రి.

వెలుగులలో జలములలో
వలికరువలి తరగలందు వైహాయసవీ
ధులలో పూవుల వలపుల
దలచగ నాగురుడు సతము దరిశెన మిచ్చున్॥

తిరుమల శ్రీనివాస గురుదేవుడు కారణజన్ముడై నిరం
తర పర తత్వ చింతనల నాగశయాను మహాత్వమంది, దు
ర్భర భవచక్రబాధ వెడబాసి యనంత కలా విలాసుఁడై
"తిరుమలశ్రీనివాసుడుగ" తేజరిలున్ రవిచంద్రతారమున్॥

9. భారతం శ్రీమన్నారాయణ - సంస్కృత కళాశాలాధ్యక్షులు - భీమవరం.

భారతీయ తత్వసారము మూర్తిగా నవతరించిన మహావ్యక్తి శ్రీ శ్రీనివాసాచార్యులుగారు.

10. శ్రీ యల్.వి సుబ్రహ్మణ్యం Principal, Sanskrit college పాలకొల్లు.

ఆయన జీవన్ముక్తులు, ముక్తసంగులు, మహానుభావులు.

11. శ్రీలొల్లా కృష్ణావధాని; సరస్వతీ విద్యాపరిషత్, హైదరాబాదు

మ॥ గురుతేజోయుతమూర్తి - జ్ఞానమయుడున్ - గుంభీళ తుల్యుండు భూ
సురవర్యాగ్రణి-పూరుషోత్తముడు-వశ్యుండాత్మ శిష్యాళి-కీ
శ్వర కర్ముండు-మహాను భావుడగు విశ్వప్రీతిపాత్రున్-జగ
ద్గురుడై వెల్గెడి శ్రీనివాస ఋషినిన్ గొల్తున్మదిన్ భక్తితో॥

సీ॥ సప్తమహర్షుల సంధియశమునకు
వంకఁబెట్టగ జాలు ప్రాజ్ఞు డెవరొ
ముఖ పరిచయముచే మూర్ఖులనేనియు
పండితులను జేయు బ్రాహ్మి యెవరొ
కలియుగాస్పదమైన కారుచీకట్లను
బాప నేతెంచిన భానుఁడెవరొ

అవతరింపఁగఁ జూచు నాది విష్ణునకు
విశ్రాంతి నిచ్చిన వేల్పు యెవరో

తే॥గీ॥ ఆశ్రితావనుడైన మహాత్మ, పెంట
పాడు పుర గగన రవికి భక్తిమ్రొక్కి
జన్మ సాఫల్య మందెద-సర్వ భాను
శ్రీహరి సమలాసు-మహర్షి శ్రీనివాసు ॥

శా॥ సందేహంబులు తీరిపోయినవి మీ సందర్శనా భాగ్యమే
నందన్ తక్షణమే, ఋషీశ్వర! మనం బానంద బంధంబుతోఁ
జిందుల్ వేయఁ దొడంగె-మోక్ష మిదియే చేకూరినట్లయ్యె బో
"వందే" యందును శ్రీనివాస ఋషికిన్ భావంబునం
దెప్పుడున్॥

12. ప్రాచీన, ఆధునిక సాహిత్యము లోతుల్ని దర్శించిన మహా మనీషి, ఉత్తుంగ సాహితీ మూర్తి, జీవిత ఆద్యంతాలను ఆకళింపు చేసుకొని, మామూలు మనిషిలా జీవితాన్ని గడిపిన మహాయోగి మీ నాన్నగారు.

-శ్రీ. భగీరథ
జర్నలిస్టు

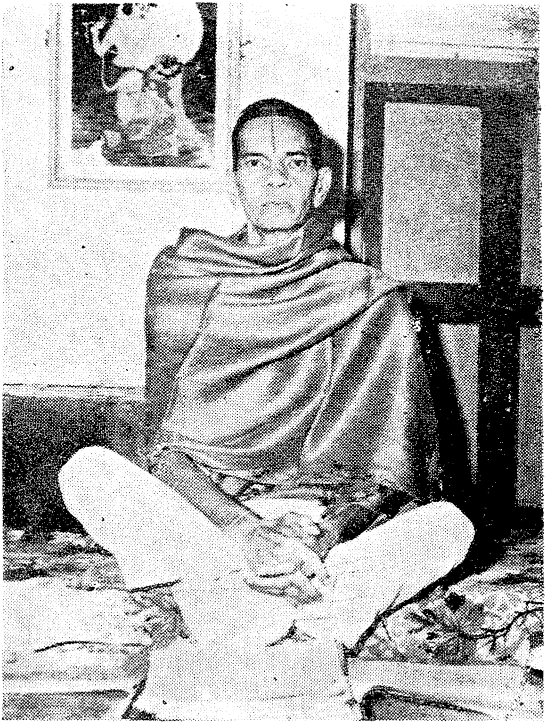
"ఆన్న విజ్ఞానము"

7 కృతి నైవేద్యము

సీ॥ ఎవ్వాడు పరమాత్మ నీక్షించి పరమ యో
గీంద్రుడై దివ్య వాగీశుఁ డగును
కారుణ్య శరధియై కైవల్య శరణమై
భక్తాళి కెవ్వాఁడు ప్రాణమగును
సృష్టి విజ్ఞానియై శిష్ట మహోత్కృష్ట
వేదార్థ మెవ్వాఁడు వెల్లడించు
పంచమ వేదమౌ భారతోద్గ్రంథస్థ
విజ్ఞాన మెవ్వాఁడు వెలయజెప్పు

అట్టి నా తండ్రి శ్రీవ్యాసాభిధాను
చరణ రాజీవ మధు ధూళి శిరము దాల్చి
ఆత్మ విజ్ఞాన సార రహస్య గరిమ
వెలయు, వారికీ కృతిని నైవేద్య మిడుదు॥

ఉ॥ యోగ్యత లేని నన్ను నొక యోగ్యునిగా గ్రహియించి, గర్భని
ర్భాగ్యుఁడ నంచు నెంచక చిరస్మరణీయ రహస్యతత్త్వ సౌ
భాగ్యము నిచ్చినావు భగవద్గుణ సంగ! కృపాంతరంగ! నా
భాగ్యము నీ ప్రసాదమను భావనతో తలవంచి మ్రొక్కెదన్ ॥



కృతిపతి

కీ॥శే॥ శ్రీమత్తిరుమల వేంకట శ్రీనివాసాచార్యులుగారు

జననము: 15-12-1919] [నిర్యాణము: 17-3-1983

శ్లో॥ తిర్మలాన్వయాంబుధేర్విభూషణం, లసద్గుణామ్
శిష్యకోటి భావ పద్మ భాస్కరం, జగద్గురుమ్
వేదశాస్త్ర తాత్త్వికార్థబోధనం, ప్రచోదనమ్
శ్రీనివాస యోగివర్య దేశికం నమామ్యహమ్॥

8 గ్రంథకర్త విజ్ఞప్తి

శ్లో॥ స్మృతౌ శాస్త్రే వైద్యే శకున కవితా గాన ఫణితౌ
పురాణే మంత్రేవా స్తుతి నటన హాస్యే ష్వచతురః
కథం రాజ్ఞాం ప్రీతిర్భవతి మయి కోహం పశుపతే
పశుం మాం సర్వజ్ఞ! ప్రథిత కృపయా పాలయవిభో

-శంకర భగవత్పాదులు.

అమృత పుత్త్రులారా!

నన్ను మనసులో ప్రేమించే, నేను మనసా గౌరవించే మా ప్రొఫెసరు శ్రీ యస్.వి. జోగారావుగారు, ఆంధ్రాయూనివర్శిటీ వాల్తేరు ఒకప్పుడొక పరిశోధనా సమాచార సేకరణార్థం తిరుపతి వెళ్ళమని ఆదేశించారు. వెళ్ళాను - అక్కడ తిరుమలేశుని నయనానందకరంగా దర్శించుకొన్న తరువాత శ్రీ తాళ్ళపాక అన్నమాచార్య రచనలు కొన్ని కొన్నాను. అసలు అన్నమయ పేరెందుకు వచ్చింది? వేలాది సంకీర్తనలు వేలార్చిన "అన్నము పేరు గల" అన్నమయలో ఎంత జ్ఞాన వికాసం! ఔను అన్నము బ్రహ్మ. సత్యం జ్ఞాన మనంతం కదా బ్రహ్మ! కాబట్టి అన్న బ్రహ్మోపాసనచే అన్నమయ అనంత జ్ఞాన సత్య సంపన్నుడై యుంటాడని అనుకున్నాను. అంతే.

ఆ తిరుమల స్వామి కరుణా కటాక్ష వీక్షణ ప్రసార మహిమచే కాబోలు నాకు అన్నాన్ని గురించిన రహస్య విజ్ఞానాన్ని అన్వేషించాలనే కోరిక మాత్రం బలీయంగా ఏర్పడింది. వెంటనే, మా నాన్నగారు అనేక మంది పండిత కవులతో మాట్లాడేటప్పుడు, అప్పుడప్పుడు చదివే – "అన్నం బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్, అన్నాద్ధ్యేవ ఖల్విమాని భూతాని జాయన్తే। అన్నేన జాతాని జీవన్తి" ఇత్యాది శ్రుతివచనాలు కొన్ని జ్ఞాపకానికి వచ్చాయి. అన్న విషయాన్ని గురించి వ్రాయాలని నిర్ణయించుకున్నా. నాన్న గారితో చెప్పాను. "విషయం మంచిదేమరి, సమర్థవంతంగా వివరించ గలిగితే - అది తప్పక ప్రజలికి ఉపయోగించే గ్రంథమే అవుతుంది" అన్నారు. ఇలా ఈ గ్రంథానికిబీజం నాలో 'శ్రీతిరుమల శ్రీనివాసుని' కరుణతో అంకురించింది.

నా గురువు :- చివరిదశలో తనకి సంభవించిన అనారోగ్యాన్ని, శ్వాస కోశాల బాధని, ఏమాత్రం లెక్క చెయ్యకుండా మా తండ్రీ గారు, ఎన్నెన్నో వేద వేదాంత విజ్ఞాన విద్యా రహస్యాలు ఎవరు వస్తే వారికి నిరంతరం బోధిస్తూనే ఉండేవారు. దివారాత్రాలు ఆయన జ్ఞానయజ్ఞం చేస్తూనే ఉండేవాడు.

ఎక్కడా వినని విషయాలు, ఎక్కడైనా వినిన, చదివిన విషయాలలోంచే, మనకి బాగా పరిచయమున్న శబ్దాల మీద నుంచే

ఒక అపూర్వమైన మహార్థం, పరమార్థం భాసించేలా వివరించే ఆయన మేధస్సు - వచస్సు - తేజస్సు చూస్తుంటే నాకు ఎన్నో సంవత్సరాల క్రితమే ఆయన నా తండ్రి అనే భావంతో పాటు, ఒక మహాజ్ఞాని, యోగి, ఋషి, సంసారంలో ఉంటూనే యేమీ పట్టని నిస్సంగులు, కీర్తి ప్రతిష్టలు, సభాసన్మానాలు ఆశించని మహాపురుషులు అనే గురుభావం ఏర్పడింది. ఇప్పుడు చెబుతున్నాను - త్రికరణ శుద్ధిగా నా తండ్రే నాకు గురువు, దైవం, సర్వం. అటువంటి అపార జ్ఞాన విజ్ఞాన తేజస్వియైన ఆ తపస్వికి ఈ గ్రంథం అంకితం చెయ్యటం నిజంగా నేను చేసుకున్న పుణ్య విశేషం. వారి దివ్య 'చరణాలకు' భక్తి పూర్వకంగా ఈ 'అక్షర పుష్పాన్ని' ఆనందాశ్రు నయనాలతో అర్పిస్తున్నాను.

ఈ విశ్వవిశ్వా తీతానంత మహా విజ్ఞానానంద భాండాగారాన్ని గురుపంపరగా జాతికందించిన మహానుభావులు, భారతీయ వేదవిజ్ఞాన వాహినీ మూల స్రోతస్సులైన దివ్య జ్ఞానులు-జైపూర్ ఆస్థాన పండితులు' 'సమీక్షా చక్రవర్తి' శ్రీ మధుసూదన ఓఝా గారికి, 'అనుశ్రుత వైజ్ఞానిక' శ్రీ చల్లా కృష్ణమూర్తి శాస్త్రిగారికి అపార గౌరవ భక్తి ప్రపత్తులతో నమస్కరిస్తున్నాను.

అష్టాదశ పురాణాలు, భారత భాగవత రామాయణాది ఆర్ష గ్రంథాలు క్షుణ్ణంగాచదివి, మాతండ్రిగారి సహధర్మచారిణిగా ఎంతో

తాత్త్వికజ్ఞాన సంపన్నురాలైన మా మాతృమూర్తి శ్రీమతి సుగుణావతి - మా అందరి నేత్ర జ్యోతి. మనసున మమతాను రాగాలు పండించే ఆజాబిల్లికి, విజ్ఞానపు పాలవెల్లికి, నాకు 'అన్నం' పెట్టి, నన్నింత వాణ్ణి చేసిన "అన్నపూర్ణకు నుద్దియా" నా తల్లికి - నా మానసిక నిత్యపూజాభి వందనం.

శిష్టులు, సర్వ వాఙ్మయ విశిష్టులు, బహు నిష్ఠా గరిష్ఠులు మహా పండిత పరమేశ్వరు లయిన ఆచార్య శ్రీ దివాకర్ల వేంకటావధాని గారు ప్రేమతో నన్నాశీర్వదించటం నా అదృష్టం.

అలాగే ప్రజల హృదయాస్థానకవి, పురాణ నవీన కవితా వారధి, వాఙ్మయ సారధి అయిన ఆలోచనాలోచనాల దాశరధిగారు ఈ గ్రంథంపై తమ దృష్టి నిల్పటం నా సుకృతం.

ఇక 'నాన్న' నాకు లేక పోయినా 'నా - అన్న' ఆచార్య తిరుమల ఈ గ్రంథం చదివి నన్ను "ధన్యుడు" అనటం చూస్తే- ఎండలో శ్రమించిన తర్వాత నీడన చల్లగాలిలో నిలబడినట్టుగా వుంది.

గ్రంథాన్ని గురించి :— ఇది అన్న విజ్ఞాన సర్వస్వం కాదు. విషయ పరిచయం మాత్రమే. అందుకే —

గురు కరుణా శీస్సులచే
గురు శాస్త్ర విషయము దెలుపగోరితి నిందున్
దొరలిన దోసగులు నాయవి,
గురుతర భావములు గురులకుంజెందినవే

అని సవినయంగా మనవి చేసికొంటున్నాను. విషయ గౌర వాన్ని బట్టి భాష సరళ గ్రాంథికమే వాడటంతో పాటు, సాధ్యమైనంత వరకు శ్రుతి ప్రమాణాల్ని చూపిస్తూ అన్న తత్త్వ రహస్యాల్ని నిరూపించాను. నా ప్రజలకు ఉపయోగించాలనే ఈ గ్రంథం వ్రాసాను. ఈ గ్రంథాన్ని సాంతం చదివి ఆత్మోద్ధరణకి ఆహార విహారాల్లో ఎలా ఉంటే మంచిదో ఎవరికి వారే నిర్ణయించుకోవాలి. అందుకు ఈ గ్రంథం ఏమాత్రం ఉపయోగించినా నా కృషి ఫలించిందనే అనుకుంటాను.

నా జాతి ఆయురారోగ్య వంతమై సుఖ శాంతులతో వర్ధిల్లాలని హృదయపూర్వకంగా కోరుకుంటూ-

ఈ గ్రంథ రచనకు తోడ్పడిన మహానుభావులైన ఉపజీవికా గ్రంథకర్త లందరికీ, కరుణారస స్వభావులైన శ్రీ 'కరుణశ్రీ' వారికి, 'మధు' మూర్తులైన శ్రీ మధునాపంతుల వారికి, ముఖచిత్రం దిద్ది తీర్చిన సోదరుడు శేషుకి, కృతజ్ఞతాళి వందనాలర్పించుకుంటూ-

విద్వద్విధేయుడు
శ్రీమత్తిరుమల వేంకట రాజగోపాలాచార్యులు.

9. కర్తృ వంశాదికము

సీ॥ పండిత సత్కవుల్ ప్రభవించినట్టి శ్రీ
తిరుమల వంశంబు,' దీప్తి నాకు
తిరుపతి వేంకట దిగ్దంతి కవులకు
తగునుద్ది 'రాఘవ' తాత నాకు
వేద వేదాంగాది విజ్ఞానవేత్త శ్రీ
'శ్రీనివాసుడె' తండ్రి యౌను నాకు
'కవి కౌస్తుభం'బైన ఘనయశోతేజుండు
'ఆచార్య తిరుమల' అన్న నాకు

తే॥గీ॥ వాసు, శేషులు, శ్రీ రాఘవాగ్రజుండు
సోదరులు నాకు, మా తల్లి "సుగుణ," నేను
రాజగోపాలుడను - భార్య రాధ, శ్రీని
వాసు, కళ్యాణి, సంతాన భాగ్యమయ్యె॥

తే॥గీ॥ రాజ్యలక్ష్మియు, కృష్ణమ్మ రంగమణియు
అక్కలగుదురు నాకు వారధికులెపుడు
విమల, ఉదయయు, పద్మిని, విమల చరిత
కృష్ణరంజని, చెల్లెండ్రు ఇష్టులెపుడు॥

శ్రీ

10. అన్న ప్రశస్తి

కం॥ అన్నమె సృష్టికి మూలము
అన్నమె స్థితి కారణంబు అఖిలంబునకున్
అన్నమె జ్ఞానము బ్రహ్మము
అన్నమె మోక్షైక సిద్ధి కాధారంబౌ॥

ఆ॥వె॥ అన్నదోషమున్న అన్నిదోషంబులు
భావమందు జేరి భవము జెఱచు
విజ్ఞులన్నశాస్త్ర విధినిషేధము లెంచి
పడయవలయు జన్మ భవ్యఫలము॥

11. గ్రంథావశ్యకత

అన్నము లేనిదే యేజీవియు బ్రతుకలేదు. అన్నమనగా తినబడునది అనియర్థము. నిజమే సృష్టిలో సర్వజీవకోటి ప్రతిష్ఠయు అన్నముపైనే ఆధారపడి యున్నది. ఇదిభౌతిక విజ్ఞాన శాస్త్ర సిద్ధాంత విషయము. ఈయన్నమును మన ఋషులు పరబ్రహ్మ స్వరూపముగ నెంచిరి. అన్నము వలన మనసు తయారగును. "అన్నమయంహి సోమ్య మనః" (ఛాందోగ్యం) మనసు నుండి భావము పుట్టును. భావము వలన భవము (జన్మ) కలుగును. "భావోహి భవకారణమ్." మనము ఉదయమున నిద్రలేచినది మొదలు రాత్రి నిద్రించు వరకు మన మనస్సులో ఎన్నెన్నో భావములు పుట్టుచున్నవి. వీని వలన కలుగు భవము లన్నిటికిని అన్నమే కారణమన్న మాట. పరబ్రహ్మ స్వరూపము నెరింగి భవసాగరమును తరింప గోరు జిజ్ఞాసువులు అన్న విజ్ఞానమును అవశ్యము తెలిసికొనవలసినదే.

అన్నము వలన శరీరధాతువు లుత్పన్న మగుటచే దానిని ఉపసర్గ మనిరి. ఒకచోట నుండి తనయందు సంసృష్ట మగుదానిని ఉపసర్గ మందురు. ఇది మూడు విధములు.

1. ప్రతి కూలో పసర్గములు.
2. సామాన్యో పసర్గములు.
3. అనుకూలోపసర్గములు.

ఉదాహరణమునకు బియ్యము ప్రతికూలోపసర్గము ఏల యన బియ్యము తినినచో జబ్బుచేయును. దానిని ఆత్మ గ్రహింపదు. ఆత్మీయముకాదు. కావున నిది అనాత్మికము, దోషము. కాని అబియ్యమునే అన్నముగా వండి తినినచో అది చర్మ శోణిత మాంసాది సప్తధాతువులుగా మారి శరీరము నారోగ్య వంత మొనరించును. కావున ఈ అన్నవికారములను దోషములనక ధాతువు లందురు. ఇది అనుకూలోపసర్గము. ఆత్మకు లాభ నష్టములు చేయని అన్నము సామాన్యోప సర్గము ఉదా: సమ శీతోష్ణ వాయ్వాదులు.

మనము భుజించిన అన్నములో అనాత్మికభావ మధికమైనచో శరీరమును భారముగ దోపించు పిశాచ భావములుత్పన్నమగును. అట్టి దుష్ట భావములు కలుగ కుండుట కొరకే "ఉత్తిష్ఠంతు భూతపిశాచాః ఏతే భూమి భారకాః" అనుచు మంత్ర జలముతో విస్తరి చుట్టును పరిషేచనము చేసి అన్నమును పవిత్రీకరించి తినవలయునని ఆర్య సంప్రదాయము. ఇది యొక దిగ్బంధన మంత్రము. శరీర మందలి ప్రాణాధిష్ఠాన దేవతలకు ప్రాణాయ స్వాహా, అపానాయస్వాహా, ఉదానాయస్వాహా, వ్యానాయస్వాహా, సమానాయస్వాహా అని ముందుగా అన్నాహుతులిచ్చుట భావపరిశుద్ధి కొరకే.

అన్నప్రభావము భావముపై హెచ్చుగా నుండును. అన్నమునందేయే గుణదోషము లుండునో ఆయా గుణ దోషములు భోక్తకు

సంక్రమించును. అయినచో ఏపదార్థము నందే గుణమున్నదను విమర్శ చేయబూనినచో దాని కొక ప్రత్యేక గ్రంథ మవసరము.

అది యట్లుండ నిండు. కొందరు పాశ్చాత్యులు, Whether we live to eat or eat to live అని చమత్కార ప్రశ్న నొక దానిని లేవదీసిరి. మనము తినుట కొరకే బ్రతక వలెనా లేక బ్రతుకుటకు తినవలెనా? అని దీని భావము. దీనికి భౌతికవాదుల సమాధాన మెట్లున్నను ఆర్య ఋషులిట్లు చెప్పిరి.

మనము అన్నము నెందుకు తినవలెను ? శరీర పోషణమునకు, శరీర పోషణ మెందులకు ? ప్రాణ ధారణము కొరకు. ప్రాణధారణ మెందులకు ? విజ్ఞాన సముపార్జనాత్, విజ్ఞాన మెందులకు ? ఆనందోపలబ్ధికి. అందరును కోరుకొనునది ఆనందమే కదా ! ఇందులకు అన్నమే ఉపాదాన మగుచున్నది. ఏడ్చుచున్న పసిబిడ్డకు పాలు పట్టినపుడు ఆ బిడ్డకు ఆనందము, ఊరట కలుగును. తినుట కొరకే బ్రతుకవలెనను అప్రాచ్యుల మాటలు మనము నమ్మరాదు. మనకు కావలసినది శరీరారోగ్యము కాని భౌతిక భోగము కాదు. ఆనందమును కలిగించు విజ్ఞానమునకు మూలము ఆహారమే కావున అందు దోషము లేకుండ చూచుకొనుట ఆవసరము. "ఉర్వి నాహార దోషంబు విజ్ఞాన నాశనంబునకుం మూలంబు" అని ఆముక్తమాల్యద యందు వచింపబడినది.

(ఆము 4-194 వ.)

ఇక అన్నముచే నిర్మితమైన యీ శరీరము అన్నము లేనిచో నశించిపోవును. శరీర మారోగ్య వంతముగ లేనిచో ధర్మ నిర్వహణము అసాధ్యము. "శరీరమాద్యం ఖలు ధర్మ సాధనమ్" అని ఆర్యోక్తి. కావున అన్నమును నియమ నిష్ఠలతో శుచిగా ఆత్మీయ భావముతో ఆరగింప వలయును.

మనము భుజించు అన్నమును బట్టి సంస్కారములు కలుగును. కావుననే అన్నప్రాశనము షోడశ సంస్కారములందు ముఖ్యమైనదిగ నిర్ణయింప బడినది. ఈ సంస్కారముల వలన మహన్మండలమున మన ఆకృతి - ప్రకృతి - అహంకృతు లేర్పడి భవిష్యత్ జన్మ నిర్ణయములు జరుగును. వంశపరంపరగా సంక్రమించు గుణ రూప సంస్కార సంపదలకు అన్నమే కారణమని తెలియవలెను. వేయేల పిల్లల జీవితములపై వారి తల్లిదండ్రులు భుజించిన ఆహారము యొక్కయు, పిల్లలచే తినిపించు ఆహారము యొక్కయు ప్రభావముండి తీరును. కావున అన్నపానము లందును, ఆహార విహారము లందును, పెద్దలు జాగరూకులై మెలగుట వారి వారి వంశములకు శ్రేయస్కరము

మన శక్తికిని, రక్తికిని, ముక్తికిని కారణమగుచున్న 'అన్న విజ్ఞానము' నెరుంగుట మనకెంతయు ఆవశ్యకమై యున్నది. శ్రుతి స్మృతి పురాణాది వైజ్ఞానిక శాస్త్రములన్నియు అన్న వైశిష్ట్యమును గూర్చి ఐక్య కంఠముతో ఘోషించు చున్నవి. అన్న బ్రహ్మోపాసనముచే మానవుడు తరించి కైవల్యము నెట్లుకైవసము

చేసుకొన వచ్చునో కూడ మన ఆర్ష వాఙ్మయము తెలిపియున్నది. అదియును నేడు మనకు అరణ్య రోదనమే యగుచున్నది.

ఇహపర జ్ఞానముల కాధారము అన్నము. అన్న రహస్య మెరిగి, ధర్మ నిష్ఠులై యుండు వారికి బ్రహ్మజ్ఞానము సిద్ధించును. సంసార నిస్తారములకు కారణము మన మనస్సు. "మన యేవ మనుష్యాణాం కారణం బంధ మోక్షయోః". ఇట్లు మానవులను పతన మొందించుటకు గాని, ఉద్ధరించుటకు గాని కారణమగు మనస్సు అన్నము వలన ఏర్పడుచున్నది. "అన్నమయంహి సోమ్య మనః" శ్రుతి.

అట్టి అన్న విజ్ఞాన శాస్త్ర రహస్యములను ఈ జన్మము నందిచటనే తెలిసికొనవలెను. లేనిచో గొప్ప నష్టము కలుగును.

"ఇహచేదవేదీ దథ సత్యమస్తి
నచేదిహా వేదీన్మహతీ వినష్టిః."

మరి మనమే విషయమును తెలిసికొన్నను అది ప్రమాణ బద్ధముగ నుండవలెను. అయినచో మనకు ప్రమాణమేది ?

"తస్మాచ్ఛాస్త్రం ప్రమాణంతే
కార్యా కార్య వ్యవస్థితౌ
జ్ఞాత్వా శాస్త్ర విధానోక్తం
కర్మ కర్తు మిహార్హసి" - గీత

కావున శాస్త్రము ప్రమాణము ఏ శాస్త్రము ప్రమాణము? "వేదార్థవన్ మహా శాస్త్రం" అని పద్మపురాణము. "వేదాచ్ఛాస్త్రం పరం నాస్తి" వేదము కంటె మించిన శాస్త్రము లేదు. కావున సప్రమాణముగనే యీ 'అన్న విజ్ఞానము'ను తెలిసికొందము.

12. అన్న నిరుక్తి

"అద్యతేస్మఅన్నం, అత్తీతి అన్నమ్" అని అన్నశబ్దము యొక్క నిర్వచనము. దీనికి 'తినబడునది' అని యర్థము. "అద్య తేఽత్తిచభూతాని తస్మాదన్నం తదుచ్యత ఇతి" అని ఆనంద వల్లి చెప్పుచున్నది. భక్ష్య భోజ్య చోష్య లేహ్యములను నాలుగు విధ ముల పిండగ్రాసమును అన్నశబ్దముచే గ్రహింప వచ్చును.

"అన్నమితి ద్వి అక్షరమ్ పదమ్" అని బ్రాహ్మణము లందొక వాక్యము గలదు. ఇందలి అన్నశబ్దమును విద్యారణ్యుల వారు అత్ + నమ్ = అన్నమ్ అని విడదీసిరి. కాని దాని అర్థమేమో వారు చెప్పలేదు. పైనుదహరించిన వేదవాక్యము నందలి భావగాంభీర్యమును బ్రహ్మశ్రీ చల్లా కృష్ణ మూర్తి శాస్త్రి గారీ విధముగా ప్రవచించిరి. బ్రహ్మ విష్ణు ఇంద్ర అగ్ని సోమ అనెడి పంచాక్షరు లందు అగ్ని సోములను చివరి ఇరువు రక్షరులు అన్నము నందు కలరు. అన్నము ఓషధులు, వనస్పతులు అని రెండు విధములు. చాంద్రసోమ రసము ప్రధానముగా గలవి ఓష ధులు. ఇవి మనోబలవర్ధకములు. సౌరాగ్నిరస ప్రధానమైనవి వనస్పతులు. ఇవి బుద్ధి వర్ధకములు. "అగ్ని సోమాత్మకం జగత్" అని చెప్ప బడుటచే ఈ సర్వజగత్తు అగ్నిసోమరస ప్రధానము లైన వనస్పతి ఓషధులనెడి అన్నరస ప్రతిష్ఠితమని స్పష్టమగు చున్నది.

అంతేకాదు. అన్నశబ్దము నందు 'అ' కార - 'న' కారము లను రెండు బీజాక్షరములు కలవు. మొదటిది విష్ణు వాచకము. రెండవది సావిత్రీ స్వరూపము. వేదములు విష్ణువును అశనాయా లేక అన్నాకర్షణ ప్రాణదేవతగను, సర్వాంతర్యామిగను స్తుతించు చున్నవి. "వేవేష్టీతి విష్ణుః విష్ణు వ్యాప్తౌ". మరి అన్నాకర్షణ ప్రాణము సర్వుల యందును అంతర్యామి కదా! ఇక సావిత్రీ బీజాక్షరము సకల పాపహరణ శక్తిని, సర్వవశీకరణ శక్తిని అన్నము నందు సమకూర్చుచున్నది.

కావుననే ఎదుటి వ్యక్తిని భోజనమున కాహ్వానించి, సంతృప్తుని గావించి, వెంటనే కోర్కెలు నివేదించినచో, అతడు వారికి వశంవదుడై వారి పనులు పూర్తిచేయుచుండుట లోకములో మనము చూచుచున్నాము. తుదకు గృహిణులు సహితము ఇంటికి, తమ ఒంటికి కావలసిన కోర్కెలపట్టిక భోజనసమయములందు చదువు చుండుట పరిపాటి ఈకిటుకు గ్రహించియే కాబోలు కొందరు తమ కార్య సాఫల్యములకు ధనశక్తితోబాటు దానిని మించిన యీ అన్నయుక్తిని కూడ ప్రయోగించు చుందురు. ఇట్లు లోబడి తప్పుడు పనులు చేయుదుమను భయముచేతనే కొందరు నిజాయితీపరులు పరులగృహములం దెచ్చటను భుజింపరు. ఇంతకు అన్నము నందిట్టి మహత్తర వశీకరణశక్తి కలదని వివరించుటయే సారాంశము.

13. అన్నప్రాశనము

అన్నప్రాశనము షోడశ సంస్కారము లందొకటి. ఇది అతిముఖ్యమైనది. కారణము? అన్నమే జీవనమునకు జ్యేష్ఠమై సంతానమునకును, వంశవితానమునకును హేతువగుటయే. అన్నము నుండియే భూతములు (ప్రాణులు) పుట్టి అన్నము వలననే వృద్ధి నొందుచున్నవి. "అన్నంహి భూతానాం జ్యేష్ఠం, తస్మాత్ సర్వౌషధముచ్యతే. అన్నాద్భూతాని జాయన్తే. జాతాన్యన్నేన వర్ధన్తే" అని తైత్తరీయోపనిషత్తు.

అన్నము లేనిచో బ్రతుకుటయే కష్టము కదా! శిశువు తల్లి గర్భమునందున్నంత కాలము తల్లి భుజించు అన్నము వలన పోషింప బడును. ఆ తరువాత తల్లిపాలు పోషక మగును. బిడ్డకు ఆహారము ముందు, జననము తరువాత జరుగుచున్నది. మాతృస్తన్యముచే బిడ్డకు ఎక్కువ కాలము పోషణము సాధ్యము కాదు కావున ఏదొక రోజు అన్నమును ముట్టింపక తప్పదు. ఈ కార్యక్రమమునే అన్నప్రాశన మందురు.

అన్నప్రాశనము 6, 8, 9, 10, 12, నెలలందు ఎప్పుడైనను చేయవచ్చును. ఆడపిల్ల అయినచో 5, 7, నెలలందు చేయవచ్చును. అన్నప్రాశనమునందు ఏవర్ణముల వారాయావర్ణముల

కుచితమైన అన్నమును ముట్టింప వచ్చును. ఇట్లు చేసినచో జీవునిలో ఆయా వర్ణోచితాన్నము నందభిరుచి ఏర్పడి పరాన్నభోజనాపేక్ష తగ్గును.

ఈ అన్నప్రాశన సంస్కారము మంత్ర పూర్వకముగా జరుగును. బంగారు ఉంగరముతో అన్నమును ముట్టించుట సంప్రదాయము. ఇది వట్టి అన్నము కాదు పరమాన్నము. అన్నము ముట్టించునపుడు అనామిక వ్రేలు నుపయోగింపవలెను. ఈ కార్యక్రమమునందు మనవారొక వినోదము చేయుదురు. కలము, పుస్తకము, బంగారు ఆభరణములు, చాకు, వంటి కొన్ని వస్తువులొక పీట మీద పెట్టి బిడ్డచే ముట్టింపచేసి ఆనందించుచుందురు. ఈ అన్నప్రాశన తతంగము నందొక అంతరార్థము కలదు.

అన్నము పరమార్థ జ్ఞాన సాధనము కావలెనను తలంపే అన్నప్రాశనము పరమాన్నముతో జరిపించుటకు హేతువు. సువర్ణ ఖండము నుపయోగించుట పిల్లల ఆరోగ్య కాంక్షకు సూచకము. ఆరోగ్యమునకు ఆయుర్వేదము బంగారము నుపయోగించును. పసి పిల్లలందు అంతర్లీనముగ దాగియుండి, వారి భవిష్యత్తులందు వికసింపబోవు సహజ గుణములను, అన్నాభిరుచిని పసిగట్టుటయే పీట మీది వస్తువులను ముట్టింపచేయు వినోద ప్రక్రియలోని ఉద్దేశ్యము.

ఇక అనామిక వ్రేలుతో అన్నమును ముట్టించుట యందొక రహస్యము కలదు. ఐదు వ్రేళ్ళు ఐదు పర్వములకు ప్రతీకలు. స్వయంభూ, పరమేష్ఠి, సూర్య, చంద్ర, పృథివి అనునవే యీ ఐదు పర్వములు. "యాని పంచధా త్రీణి త్రీణి" అనుదాని ప్రకారము పరమేశ్వరుని పంచకళావ్యయ తత్త్వము శరీర సృష్టియందు వ్రేళ్ళ వరకును వ్యాపించి యున్నది.

ఇందు చంద్రుడు అనామిక స్థానీయుడు. చంద్రుని వలన ఓషధులుత్పన్న మగుచున్నవి. కావున చంద్రుని 'ఓషధీపతి' అందురు. ఓషధులే అన్నము. అన్నమును వైదిక భాషలో 'సోమ' మందురు. చంద్రునకు సోమరాజ'నియు పేరు, దీనిని బట్టి అన్నాధి దేవత చంద్రుడని తెలియుచున్నది. ఇతడు అమృత కిరణుడు. సోమము అమృతము. దేవతలు సోమపానము చేయుదురని, చంద్రుని భుజింతురని చెప్పుదురు. చంద్రుని అమృత కిరణము లందుండు సోమ రూపామృతమును సేవించుటచేతనే దేవతలు అమృతాంధసులైరని భావింపవచ్చును.

ఈ అమృతత్వము, అమరత్వము, అమరభావోదయము చంద్రుని వలన కలుగు అన్నము నుండి సంక్రమించును. కావున చంద్రస్థానీయమగు అనామిక వ్రేలుతోనే అన్నప్రాశనము నందు అన్నమును ముట్టింపవలెనని శాస్త్రము విధించినది.

అన్నప్రాశనమునకు సంబంధించిన యీ వేద మంత్రములు చూడుడు – "షష్ఠేమాసే అన్నప్రాశనం, స్థాలీపాకం శ్రపయిత్వాజ్యభాగా విష్ట్వాజ్యాహుత జుహోతి, దేవీం వాచం ...స్థాలీపాకస్య జుహోతి, ప్రాణేనాన్నమశీయస్వాహా, అపానేన గంధానశీయ స్వాహా, చక్షుషారూపాణ్యశీయ స్వాహా, శ్రోత్రేణ యశోశీయ స్వాహా, ప్రాశనాంతే సర్వాన్ రసాన్ సర్వమన్న మేకత ఉద్ధృత్య, అథైనం ప్రాశయేత్" ఇతి శ్రుతేః.

అన్నప్రాశనము తరువాత బ్రాహ్మణులకు భోజనము పెట్టుట విధింపబడినది. "అన్న పర్యాయనా తతో బ్రాహ్మణ భోజనం". వేదమంత్రములు నేర్చిన ఉత్తమ బ్రాహ్మణులందు సాంతపనాగ్ని (జ్ఞానసంబంధమైన తపనాగ్ని) ప్రజ్వరిల్లుచుండును. అట్టి బ్రాహ్మణులకు పెట్టు భోజనము వలన సాంతపనాగ్ని శాంతించి తత్ప్రాణదేవత ప్రసన్నమై ఆశీరభీష్టము లిచ్చును. కావుననే అన్నమును కామ్య విషయకముగ సూత్రకారులు చెప్పిరి. "అజ మన్నాద్య కామః తైత్తిరం బ్రహ్మ వర్చస కామః" నియమనిష్ఠలను, స్వధర్మమైన స్వాధ్యాయమును, బ్రాహ్మణత్వమును వదలు కొనిన జాతిమాత్ర బ్రాహ్మణుల కిదివర్తింపదు. "చెడిపోయిన బ్రాహ్మణునికి చనిపోయిన గోవును దాన మిచ్చిన చాలు" నను సామెత ఉండనే యున్నదికదా!

"వైదికైః కర్మభిః పుణ్యైః నిషేకాది ద్విజన్మనాం
కార్యశ్శరీర సంస్కారః పావనః ప్రేత్యచేహచ"

మానవుడు సంస్కారవంతుడు కావలెను. సంస్కారము మానవుని ధీమంతునిగను, భగవంతునిగను మార్చును. "సంస్కారాన్ కారయేద్ధీమాన్ శ్రుణుతాన్యైః సురోభవేత్" అని అగ్ని పురాణము చెప్పుచున్నది. కావున సంస్కరింపబడిన అన్నము తినినచో మానవుడు సంస్కారవంతుడగుట కవకాశమున్నది.

అన్నపానము లందేమున్నదనుకొనినచో - అలసులు, మందబుద్ధిబలులు, అల్పాయుష్కులు, ఉగ్రరోగ సంకలితులు, మందభాగ్యులు, సుకర్మములు చేయుట కసమర్థులు, తెలివితేటలు లేని మూర్ఖులు అయిన సంతతిని చూచి జాతి దుఃఖింప వలసి వచ్చును.

14. సప్తాన్నములు

"యత్ సప్తాన్నాని మేధయా
తపసా జనయత్ పితా॥

అను శ్రుతి వచనము ప్రకారము అన్నము ఏడు విధములు. అవియివి. 1. పృధివ్యన్నము. 2. జలాన్నము. 3. తేజోన్నము. 4. వాయ్వన్నము. 5 శబ్దాన్నము. 6. బలాన్నము. 7. జ్ఞానాన్నము. ఇవి ప్రతివ్యక్తికిని అత్యవసరములు.

ఇందు భక్ష్య భోజ్య చోష్య లేహ్యములను పృధివీ సంబంధమైన చతుర్విధాన్నములను పృధివ్యన్నమందురు. ఇది మొదటిది. రెండవది జలాన్నము. ఇది ప్రసిద్ధమైనది. దీనిని సాధారణాన్నమందురు. (Common Food) ఇది మానవునకు అత్యవసరము. కనుకనే "నీరే ప్రాణాధారము" అని సుమతీశతక కర్త పలికెను. 3. సూర్యప్రకాశము తేజోన్నము. 4. వాయుసేవనము. 5. శబ్ద శ్రవణమొక అన్నము. కావుననే మంచి శబ్దములు చెవిని పడుచున్నపుడుగాని, చక్కని సంగీతమును వినుచున్నపుడు గాని మనకు అన్నసమయమే జ్ఞాపకమునకు రాదు. 6 వాయువునుండి ప్రాణమాత్ర లాధారముగా లభించు బలమొక అన్నము. 7. జ్ఞానేంద్రియముల వలన లభించునది జ్ఞానాన్నము. జ్ఞానము మెదడుకు సంబంధించిన అన్నము కావుననే "మెదడుకు మేత" అను వ్యవహారము లోకమునందేర్పడినది.

ఈ సప్తాన్నములను ఆత్మ స్వీకరించి ఆత్మీయము చేసుకొని వికారములు కలిగింపచేయును. ఈ వికారములు శరీరమునకు, ఆత్మకు సహాయకారులు కావున వీనిని ధాతువులనిరి. ఇట్లేర్పడిన యీ శరీరధాతువులే మనస్సు, ఓజస్సు, శుక్రము, మజ్జ, అస్థి, మేదస్సు, మాంసము, శోణితము, త్వక్కు అనునవి. కఫవాత పిత్తములను మూడింటిని ఉపధాతువులందురు. ఈధాతువులన్నియు అన్నము వలన కలుగుచున్నవి. వీనిని ఆత్మ నియంత్రించును. కావున ఆత్మ తృప్తి కొరకే అన్నమును భుజించుట. ఆత్మకు ఆహారము లభింపనిచో అదిశరీరధాతువులనే తినుట ప్రారంభించును. ఇట్లు కొన్ని రోజులు వానిని తినిన పిమ్మట, ఇంక శరీరము నందు తినుటకేమియు లేనప్పుడు ఆత్మ శరీరమునుండి నిష్క్రమించును. అది యట్లుండ నిండు.

ఆత్మకు సంబంధించిన మనః ప్రాణ వాక్కులు క్రమముగా జ్ఞాన - క్రియ - అర్ధ శక్తులను కలిగించును. ఈ మూడు శక్తుల సమష్టియే విశ్వము.

1. ఏదో ఒకటి తెలుసుకొనగోరుట జ్ఞానాన్నము.
2. ఏదో ఒకటి చేయగోరుట క్రియాన్నము.
3. అర్ధాన్నము :- ఇది ఐదు విధములు.
   1. శబ్దము - ఆకాశాన్నము.

2. శ్వాసప్రక్రియ - వాయ్వన్నము.
3. ప్రకాశము - తేజోన్నము.
4. జలాన్నము
5. ఓషధి వనస్పత్యన్నములు - పృధివ్యన్నము.

ఈ సప్తాన్నములందు మానవుడు చివరి దాని కొరకు మాత్రమే శ్రమించ వలసి ఉన్నది. తక్కినవి ప్రకృతి సిద్ధములే.

ఇందు పృధివ్యప్తేజోవాయురాకాశములకు ఆత్మతో సంబంధము కలదు. అంతఃశరీరము నందుండు ఈ ఐదింటిని కూడ శరీర శబ్దముతోనే ప్రయోగించుచున్నది ఉపనిషత్తు. ఈక్రింది వాక్యములు చూడుడు.

"అంతః శరీరే నిహితో గుహాయా మజఏకో నిత్యో యస్య పృధివీ శరీరం, యః పృధివీ మంతరే సంచరన్ యంపృధివీ నవేద, యస్యాపశ్శరీరం .. యస్య తేజశ్శరీరం ... యస్య వాయుః శరీరం .... యస్య ఆకాశః శరీరం" - (సుబాలోపనిషత్తు)

ఇక జ్ఞాన క్రియార్థాన్నములకు వరుసగా మనః ప్రాణ వాక్కులు అధిష్ఠానములు ఇందు. మనస్సు ప్రాణవాక్కు (శరీరము)లకు సహాయకారి యైనచో కోరిక, ప్రయత్నము, శ్రమ అనునవి సంభవించును, సర్వకార్యము లిట్లు జరుగు చుండును.

-o-

15. తిరుమళిశై ఆహారము

పూర్వము ద్రావిడ దేశము నందు భార్గవి యను ఋషియు, కనకాంగి యను అతని భార్యయు నివసించు చుండిరి. వారికి తిరుమళిశై యను పేరుగల ఆళ్వారు జన్మించెను. ఆళ్వారు అనగా భక్తుడు. ఇతడు పన్నిద్దరాళ్వారులందొకడు.

తిరుమళిశై ఆళ్వారు, తిరువాళన్ – పద్మవళ్ళి యను మేదర దంపతులచే పెంచబడి యోగి అయ్యెను. చంటిబిడ్డగ నుండిన నాటి నుండియు అతడు స్తన్యపానాదులు చేయలేదు. ఆ కాలము నందది యెంతయో విచిత్రముగ అందరు భావించిరి. అతడు ఆ తరువాత కూడ ఆహారమేదియు స్వీకరింపలేదట. అయి నను నతడారోగ్యముగా, బలిష్ఠముగా, తేజోవంతముగా కనబడు చుండెడివాడు. అతనికి దైవగుణ గానమే ఆహారమైనది. వాయు భక్షణము చేయు జీర్ణ కోశము కలవాడని ప్రజలందరు వానిని ప్రశంసించిరి.

దీనిని బట్టి తిరుమళిశై యోగి సప్తాన్నములలో జ్ఞాన వాయ్వన్నములను జీవనాధారముగా చేసికొని యోగ సాధన చేసి యుండునని మనము గ్రహింపవలసి యున్నది. కొందరు యోగులు అన్న పానీయములు విసర్జించి తపస్సు చేయుచుందురని మనము

వినుచుందుము. అట్టి వారికి ఈ సప్తాన్నములందు పృధివ్యన్నము గాక తక్కిన అన్నములు ఆధారమై యుండి యుండవచ్చును. మహాత్ములకు సాధ్యము కానిది లేదు కదా! సామాన్యులందరకు ఇది సాధ్యమా? అనినచో "యత్నే కృతే యది నసిద్ధ్యతి కోఽత్ర దోషః" అని సమాధానము.

-o-

16. అన్నం పరబ్రహ్మ స్వరూపము

అన్నమును మన ఋషులు పరబ్రహ్మ స్వరూపమనిరి. "అన్నంచ బ్రహ్మ భోక్తాచ బ్రహ్మ" "యేఽన్నం బ్రహ్మోపాసతే, అన్నం బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్" అని తైత్తరీయము పంచాగ్ని విద్యానుసారము పంచాగ్నులం యందు ఆహుతమైన ఆపస్సుల వలన పురుషుడు పుట్టుచున్నాడు బ్రహ్మ నివసించు తావు పరమేష్ఠి మండలము. స్వయంభూ, పరమేష్ఠి, సూర్య, చంద్ర, పృధివి అను ఐదు మండలములు కలవు. ఇందు, సూర్యునకు పైన గల స్వయంభూ, పరమేష్ఠి అవ్యక్త మండలములు. సూర్య చంద్ర పృధువులు వ్యక్త మండలములు. దీనిలో పరమేష్ఠి మండలము ఆపోలోకము. సప్తాన్నములలో ఆపస్సులు కూడ ఒక అన్నమే. "ఆపోవా అన్నమ్" అని శ్రుతి పరమేష్ఠి

---

1. జఠరాగ్ని 2. పార్థివాగ్ని 3. అంతరిక్షాగ్ని 4. పర్జన్యాగ్ని 5. సౌరాగ్ని

మండలము నందలి యీ ఆపోన్నము (నీళ్ళు) వలననే పురుషుడు, లోకములు సృజింప బడుచున్నట్లు వేదము చెప్పుచున్నది. "అన్నా త్పురుషః, ఆప యేవలోక సృజాత్". దీనినిబట్టి సృష్టికి ఉపాదాన (కారణము) మగుచున్నది అపోన్నమని స్పష్టము. ఈఅన్నము నకు మూలము ఆపోలోక పరమేష్ఠి మండల పరబ్రహ్మము కావున అన్నము పరబ్రహ్మస్వరూపము.

"అహమస్మి ప్రథమజాఋతాస్య
పూర్వం దేవేభ్యో అమృతస్య నాభా!
అయో మాదదాతి సఇదేవ మా ఉ వాః
హమన్న మన్న మదంతమాద్మి"

భృగువల్లీ

నేను అన్నమును మొదట ఋతరూపమున అనగా పరమే ష్ఠిలోని ఆపస్సుల రూపమున సూర్యునకు పైన అమృత నామములో ఉన్నాను. ఆపోన్న రూపమున నున్న నేను సూర్యు నకు అన్నమును. నేను మరల సూర్యరసములు గ్రహించు చుండుటచే అన్నము తినుచున్నదానిని నేను తినుచున్నాను. అని దీని తాత్పర్యము.౧

---

౧ ఈ మంత్రార్థము మా తండ్రిగారి వివరణమునకు తాత్పర్యము.

పై శ్రుతి మంత్రము నందు అన్న - అన్నాదములు ఒకటి యగుచున్నవి. అన్నాదమనగా అన్నము తినునది అని యర్ధము. ఇదియే శరీరము.

"శరీర మన్నాదమ్। ప్రాణే శరీరం ప్రతిష్ఠితమ్।
శరీరే ప్రాణః ప్రతిష్ఠితః। ప్రాణోవా అన్నమ్।
తదే తదన్న మన్నే ప్రతిష్ఠితమ్। అన్నవానన్నాదో
భవతి। మహాన్భవతి॥

అనగా అన్నమయ కోశమగు శరీరమును ఆత్మతో ఏకీభవింప చేయుటయే శ్రుతి ఆశయమని వెల్లడి యగుచున్నది. దీనినే ఆత్మైక్య మందురు. ఇందుకు

"అహమన్న మహమన్న మహమన్నం
అహమన్నాదో ఽ హమన్నాదోఽహమన్నాదః"

అను తైత్తరీయోపనిషద్వాక్యము ప్రమాణము. ఈ విధముగా అన్న - అన్నాదములు రెండింటిని 'అహం' లో ఏకీభవింప చేసిన శ్రుత్యర్ధమెంత గంభీరమైనదో యోచింపుడు.

17. అన్న యజ్ఞము

శ్రీస్తుతి యందు యజ్ఞవిద్య మహావిద్య యని స్తుతింప బడెను. యజ్ఞముచే పాపములు క్షాళనము చేసి కొన వచ్చునట యజ్ఞమనగానేమి? యజ్ఞమనగా అగ్నియందు సోమమును ఆహుతి చేయుట. "అగ్నే సోమాహుతిర్యజ్ఞః" అని శ్రుతి. దేవతలకు అన్నము సోమము. వారు సోమమును అగ్నిముఖమున స్వీకరిం తురు. దేవతలకు అగ్నిముఖులని పేరు. కావున దేవతల ప్రీత్య ర్థము అగ్నియందు సోమాహుతి చేయుట యజ్ఞము అగ్ని సోముల వలన జగత్తు సృష్టింప బడుచున్నది. "అగ్నీ సోమా త్మకం జగత్" అని వేదము.

అధిదైవతయజ్ఞము:— అగ్ని మూడు విధములు. అగ్ని వాయు - ఆదిత్య అనునవి. సోమము రెండు విధములు. దిక్సో మము, భాస్వర సోమము (బ్రహ్మణస్పతము) పై మూడగ్నుల యందు ఈ రెండు సోమముల ఆహుతియే అధిదైవత యజ్ఞము. ఇది భగవత్స్వరూపము. "అహం క్రతు రహం యజ్ఞః" అనుచు నేనే క్రతువును, నేనే యజ్ఞమును అని భగవద్గీతలో శ్రీకృష్ణ పరమాత్మ చెప్పిన మాట యీ అధిదైవతయజ్ఞమునకు సంబంధించి నదియే.

అన్న యజ్ఞము:— ఇది ఆధ్యాత్మిక యజ్ఞము. ఇది

మన శరీరము నందు జరుగు అంతర్యజ్ఞము బాహ్యమున జరుగు యజ్ఞమున కిది ప్రతిబింబమే.

శరీరములోని జఠరాగ్ని మనము భుజించిన అన్నమును పచనము చేయును. "అగ్నౌ సోమాహుతిర్యజ్ఞః" అని కదా యజ్ఞము యొక్క నిర్వచనము. అగ్ని యందు సోమము ఆహుతి యగుటయే యజ్ఞము కావున మనము భుజించుచున్న అన్నమను 'సోమము' జఠరాగ్ని యను 'అగ్ని' యందు ఆహుతియగుచుండు టచే ఇది యజ్ఞము. అన్నమును యజ్ఞ పరిభాషలో సోమము అందురు. ఇది మనలో జరుగు అన్నయజ్ఞము.

యజ్ఞము నందు అగ్నిని జ్వాల వచ్చునట్లు ప్రజ్వలింప చేసిననే కాని ఆహుతులీయరాదు అట్లే అన్నయజ్ఞము నందును క్షుధాగ్ని జ్వాల ప్రజ్వలించిననే తప్ప అన్నాహుతి చేయరాదు. దేవతల కిచ్చునదియే ఆహుతి కావున దేవతలు లేనిదే యజ్ఞము లేదు. మరి దేవతలు అగ్నిముఖులు. అగ్ని ద్వారా మాత్రమే స్వీకరింతురు. మన శరీరము నందు జరుగు ఈ అన్నయజ్ఞములో జఠరాగ్నియే అగ్ని. ప్రాణములే దేవతలు. కావుననే మనవారు ఈ ప్రాణాధిష్ఠాన దేవతలకు ముందుగా ప్రాణాయస్వాహా, అపానాయస్వాహా, వ్యానాయస్వాహా ఉదానాయస్వాహా, సమానాయస్వాహా అని అన్నాహుతులిచ్చుచుందురు. ప్రాణదేవతాశక్తి సంపాదనమే అన్నయజ్ఞ ఆశయము.

అన్నయజ్ఞము వలన ప్రజలు పుట్టుదురు. "అన్నా ద్వైప్రజాః ప్రజాయన్తే" (శ్రుతి) ప్రజామయుడు ఇంద్రుడు. శరీరములో దేవతలనగా ఇంద్రియములు. ఈ యింద్రియ దేవతల కధిపతి ఇంద్రుడు. అనగా ఇంద్రియముల కధిపతి ఇంద్రుడన్న మాట. ప్రతి శరీరభాగమునకు ఒక అధిష్ఠాన దేవత ఉండునని ఆర్ష సిద్ధాంతము. దేవతల ప్రీతి కొరకు యజ్ఞము చేయుట అనగా ఇంద్రియముల ప్రీతికొరకు అన్న యజ్ఞము చేయుట అని గ్రహింప వలెను. అన్నయజ్ఞము చేయగా ఇంద్రియములకు శక్తి వచ్చును. ఆ శక్తి శరీరమును నడిపించును. కావుననే శ్రుతి "ఇదంద్రావయ తీతి ఇంద్రః" ఇంద్రియములను నడిపించు శక్తియే ఇంద్రుడు అని చెప్పినది.

ఇంద్రియముల ద్వారా ఇంద్రుడు సకల భోగములను అనుభవించు చుండును. కావుననే ఇంద్రుని భోగ పురుషుడందురు. ఈ భోగములు అధికమైనచో మానవుడు రోగ పురుషుడగును. యజ్ఞములందు హవిస్సును స్వీకరించు అధికారము ఇంద్రునకు ప్రధానముగా కలదు. ఇచట అన్న యజ్ఞము నందును సోమరూప మగు అన్నము వలన వచ్చు శక్తి ఇంద్రియాధిపతి యగు ఇంద్రు నకే చెందుచున్నది. ఆ శక్తి వలననే మన ఇంద్రియములు పని చేయుచున్నవి.

ఇంద్రునకు విక్షేపణాశక్తి కలదు. విక్షేపణ మనగా బయటికి పోవుట. అనగా శక్తి యొక్క తరుగుదల. అన్నశక్తి యెక్కువగా తరిగిపోయినచో నాశనము సంభవించును. అట్లు జరుగకుండ మరల ఏ శక్తి అన్నమును బయటి నుండి లోనికి ఆకర్షించి, తరుగుచున్న శక్తిని భర్తీ యగునట్లు చేయుచున్నదో ఆ శక్తియే అశనాయా లేక ఆకర్షణ ప్రాణము - విష్ణువు. ఇతనినే యజ్ఞ విష్ణువందురు.

యజ్ఞమయుడు విష్ణువు. "యజ్ఞోవై విష్ణుః" అని శ్రుతి. ఇతడు అన్నాకర్షణ ప్రాణమగుటచే అన్నయజ్ఞము నందు ప్రధాన దేవత విష్ణువే అగుచున్నాడు. "వేవేష్టీతి విష్ణుః, విష్ణ వ్యాప్తౌ" అను నిరుక్తి ప్రకారము ఇతడు అంతటను వ్యాపించి యుండును. అంతేగాక ఇతడంతర్యామి. అనగా శరీరము లోపల యమించువాడని యర్థము. ఉదరము నందలి దక్షిణ పార్శ్వము (కుడి ప్రక్క) ఇతని స్థానము. "ఉదరే దక్షిణే పార్శ్వే విష్ణుః" అని శ్రుతి. ఈ విష్ణు ప్రాణ ప్రేరణము వలననే ఉదరము నందు ఆకలి పుట్టును. కావుననే మనము ఆకలి యెచట వేయుచున్నదని ప్రశ్నించగా ఉదరమును చూపుదుము. ఈ ఆకలిచే బయటి తినుబండారములు లోనికి ఆకర్షింపబడును. ఈ అన్నాకర్షణము వలన ఉత్పత్తి, అన్నమును స్వీకరించుట వలన స్థితి,

విక్షేపణము వలన నాశనము సంభవించును.[1] ఈ అన్నయజ్ఞము ప్రతి జీవికిని జీవన హేతువు.

మనకు శాస్త్ర రహస్యములు తెలియక పోవుటచే మనము పాటించుట లేదు కాని, అన్నయజ్ఞము కూడ శాస్త్ర నిష్ఠతో చేసి ననే తప్ప దేవతాశక్తి సంక్రమించదు. శ్రీనాధ మహాకవి కాశీ ఖండము నందు దీని ప్రాముఖ్యము నిట్లు చెప్పెను.

"పచన పావకు ప్రజ్వలింపంగఁ జేసి
వైశ్వ దేవం బొనర్పంగ వలయు నిష్ఠఁ
జణక కోద్రవ మాష నిష్పావకములు
తైల లవణంబులును కావు తద్విధులకు॥
- కాశీ ఖండము అ. 5-217 ప.

ఇందు పచన పావకుడు జఠరాగ్ని. దీనిని ప్రజ్వలింప చేసి వైశ్వదేవము చేయవలెను. అన్నము విశ్వదేవతా సంబంధము కలది కావున 'ప్రాణ దేవతలు' ప్రసన్నులగుదురు. మనము శాస్త్ర నిష్ఠతో అన్నము వద్ద తిష్ఠ వేసినచో దేవతా ప్రతిష్ఠ తప్పక జరిగి తీరును. దేవతాశక్తిని పొందుటయే అన్నయజ్ఞ ఫలము. ఈ అన్నయజ్ఞము జరుగుచుండు నంతకాలము వరకే ఏ జీవియైనను బ్రతుకు చుండును.

---

1. అన్నాద్ధ్యేవ ఖల్విమాని భూతాని జాయన్తే । అన్నేన జాతాని జీవన్తి । అన్నం ప్రయన్త్యభి సంవిశన్తీతి — తైత్తరీయోపనిషత్తు.

18. అన్నమయ కోశము

మన శరీరము నందు ఐదు కోశములు కలవు. వీనిని గూర్చి తైత్తరీయోపనిషత్తు వివరించు చున్నది. అవి 1. అన్న మయ కోశము. 2. ప్రాణమయ కోశము. 3. మనోమయ కోశము. 4. విజ్ఞానమయ కోశము. 5. ఆనందమయ కోశము అనునవి. ఇవి ఆత్మను ఆవరించి యుండును. కోశమునకు ఆవరణ మని పేరు. ఇవి సూక్ష్మతర సూక్ష్మతమములై ఒకదాని యందొకటి కలవు. అన్నమయకోశము నందు ప్రాణమయ కోశము, ప్రాణమయ కోశము నందు మనోమయ కోశము, దానియందు విజ్ఞానమయ కోశము, విజ్ఞానము నందు ఆనందమయ కోశమును ఇమిడి యున్నవి.

ఈ పంచ కోశము లందు మొదటిది అన్నమయ కోశము. జాగ్రదావస్థలో మనము చేయు పనులన్నిటికిని కారణమగుచున్న యీ స్థూలశరీరమే అన్నమయ కోశము. ఈ స్థూల శరీరమే మన స్వరూప మని మనము అనుకును చున్నాము. కాని యింకను నాలుగు స్వరూపములు - నాలుగు వేదముల వంటివి, కలవని గ్రహించ లేక పోవుచున్నాము. మహాయోగుల వంటి కొందరు మాత్రమే ప్రాణ మనో విజ్ఞానానంద కోశ స్వరూపములను గూర్చి అంతర్ముఖ పరిశోధనలు చేసి తెలిసి కొన గలుగు

చున్నారు. ఈ కోశములు ఒకదాని యందొకటి యుండుటచే ఒక దాని కన్న నొకటి సూక్ష్మమని గ్రహింప వలెను.

ఇందు స్థూల శరీరమగు అన్నమయ కోశము తక్కిన వాని కన్న స్థూలము. అన్నము వలన శరీరమేర్పడును. తలి దండ్రులు భుజించిన అన్నరసమే శరీర నిర్మాణమునకు కారణము. తరువాత క్రమముగా మనము భుజించు అన్నము వలన శరీరము నకు అస్తిత్వము కలుగుచున్నది. అన్నము మానివేసిన కొద్ది కాలమునకే క్రమముగా శరీరము జీర్ణమై పోవుచున్నది. దీనినే శ్రుతి "అన్నాద్భూతాని జాయన్తే" అను మంత్రము నందు వివరించి, అన్నము త్రిమూర్తిరూపమగు పరమాత్మ స్వరూపమని చెప్పియున్నది. ఇట్లు అన్నము నుండి 'పుట్టి' అన్నముచే 'అస్తి' త్వము కలిగి అన్నమునందు 'లయ' మగు చుండుట చూడ అన్నమే సృష్టి, స్థితి, లయములకు కారణమగుచున్నట్లు స్పష్టమగుచున్నది. ఇదియే అన్నమయకోశ స్వభావముగ శాస్త్ర ములు సమ్మతించినవి. జ్ఞాన, కర్మేంద్రియములు ఈకోశమునకు చెందినవే

అన్నమయ కోశము కన్న సూక్ష్మమైనది ప్రాణమయ కోశము. ఏలయన మనము పీల్చిన గాలి (ప్రాణవాయువు) మన శరీరము లోపల ప్రతి అణువు నందు సూక్ష్మముగ పొరవలె వ్యాపించును.

వాయువు చొరని తావు కూడ మనసు చేరగలిగి యుండుటచే ప్రాణమయ కోశము కన్న మనో మయకోశము సూక్ష్మతరము. విజ్ఞానము మనసుకన్న సూక్ష్మము. విజ్ఞానము కంటె సూక్ష్మతమము ఆనంద కోశము. ఈ ఐదుకోశముల కంటె సూక్ష్మాతిసూక్ష్మమైనది ఆత్మ - ఇది సర్వవ్యాపి. ఇది ఒక దివ్య జ్యోతి. ఈ పంచకోశములకును ఆత్మతో సంబంధము కలదు.

"అన్నమయః ప్రాణ శరీరనేతా
ప్రతిష్ఠితోఽన్నే హృదయం సన్నిధాయ
తద్విజ్ఞానేన పరిపశ్యన్తి ధీరా
ఆనంద రూప మమృతం యద్విభాతి."

ఈ ఆనంద - విజ్ఞాన-మనః-ప్రాణ-అన్న కోశములచే అవ్యయాత్మ లక్షిత మగుచున్నది.

మనోమయుడును, ప్రాణశరీరనేతయు, అన్నముచే ప్రతిష్ఠితుడునగు పురుషుడు హృదయము నందు కలడు.

"మనోమయ ప్రాణ శరీరనేతా
ప్రతిష్ఠితోన్నే హృదయం సన్నిధాయ

తద్విజ్ఞానేన పరిపశ్యన్తి ధీరా
ఆనందరూప మమృతం యద్విభాతి"

ముణ్డకోపనిషత్తు

ఇట్లు ఆనందామృత రూపుడైన పురుషుని గూర్చిన విజ్ఞానమును తెలుసుకొనగోరు ధీరులకు బ్రహ్మానందము ప్రాప్తించును. ఈ ఆనందము, విజ్ఞానము, మనస్సు, ప్రాణము, అన్నము అనునవి పరస్పరమొకదానికొకటి ఆధారములు. ఇందు అన్నమయ కోశము మొదటిది కావున తక్కినవి దీనిపై ఆధారపడి యున్నవి. కనుక ఈ అన్నమయ కోశము, అన్నము, అన్న విజ్ఞానము అంతయు జ్ఞానానందములు సాధించుటకు మొదటి మెట్టు మాత్రమే అని గ్రహింపవలెను.

19. అన్న నిర్మిత మనస్సు

మనసు చిత్రమైనది. దాని చేష్టలు చిత్ర విచిత్రములు. దోషమని తెలిసియు మనము చేయు తప్పులకు కారణము మనస్సు. సంసార సుఖము లందు, భౌతిక విషయ వాంఛలందు సంచరించు మనసు భార్యా బిడ్డలు, దాస దాసీ జనములు, ఇళ్ళు వాకిళ్ళు, ధన సౌఖ్యములు, వాహనములు మొదలగు వానిలో నేయొకదాని యందు లగ్నమైనను ఆయా సౌఖ్యము లనుభవించుచు వానికి బానిస వలె క్రీడించు చుండును.

అంతేకాదు. నిత్య జీవితము నొక సారి పరిశీలింపుడు. ఒక్కొకపుడు ఒకచోటకని బయలుదేరి అంతలోనే మనసు మార్చు కొని వేరొక మార్గమున పోవుచుందుము. అట్లే చీటికి మాటికి నిర్ణయములు మార్చుకొనుచుందుము. ఆవేశముతో నోటికి వచ్చిన రీతి మాటాడి, యింటికి పోయి పశ్చాత్తాపముతో విచారించు చుందుము. మరల మన మామూలు స్వభావము మనదే.

ఎదుటి వారేమి చేసిన అది మనమూ చేయవలెనను కోరిక, ఎదుటి వారి కేముండిన అది మనకూ ఉండవలెనను వేడుక, అది లభించనిచో అసూయ, దుఃఖము, ఇది మనసు యొక్క స్వభా వము. అవసరానవసరమగు వస్తువులను ప్రోగుచేసికొనుట యందే పూర్తిగా నిమగ్నమై పోవుచుండును మన మనస్సు. వ్యర్థ కాలక్షే

పము, సరదాకబుర్లు, ఆడంబరములు, శారీరక భోగములు, ఉల్లాసము, ధన సంపాదనము వీటి పైననే నిత్యము దీని చూపు. దురలవాట్లని తెలిసియు విడిచిపెట్ట లేక వానితోనే రమించు చుండుట ఈ మనసు యొక్క దౌర్బల్యము. ఇట్టి విపత్కర భయంకర ధోరణి, విచిత్ర చంచల ప్రవర్తనము మనసు యొక్క విలాసమే. చంచలమే దీని స్వభావము. కావుననే క్రీడి,

"చంచలంహి మనః కృష్ణ
ప్రమాథి బలవ ద్దృఢమ్॥

అని కృష్ణునితో మొర పెట్టుకున్నాడు. ఇది బలవత్తరమైనది, ప్రమాదములను కలిగించునది కనుకనే దీనిని నిగ్రహించుట అవసరము.

ఇట్టి మనసు ఎట్లు తయారైనది ? అన్నము వలన తయారయినది. పెరుగు నుండి నెయ్యి వచ్చునట్లు అన్నము వలన అతి సూక్ష్మాంశమగు మనసు ఏర్పడుచున్నది. "అన్నమయగ్ంహి సోమ్యమనః" (ఛాందోగ్యం)

చంద్రుని ఓషధీపతి యందురు. చాంద్రరసము ఆదిత్యాగ్ని యందు హోమమై సోమ మగును. సోమము పర్జన్యాగ్ని యందు హోమమై వర్షమగును. వర్ష రూపమున సోమము పృథివ్యగ్ని

యందు ఆహూతమై ఓషధులు పుట్టును. ఓషధులు మన జఠరాగ్ని యందాహూతయి సప్త ధాతువులుగా మారి శుక్రమేర్పడును. ఓజస్సు శుక్రమునకు అవస్థాంతరము. అందలి వాయు తత్వము పోగా మిగిలిన సూక్ష్మాతి సూక్ష్మమగు శ్రద్ధామయ సోమరసమును "మనస్సు" అందురు. ఈ సోమము జిడ్డు లక్షణము కలది. కావున సోమరస రూపమైన మనస్సునకు కూడ అట్టి జిడ్డు లక్షణము సంక్రమించినది. మన మనసు దేనిపై పడిన, దానిమీదనే లగ్నమై జిడ్డువలె అంటుకొని మరలి రాకుండుట మనకు తెలిసిన విషయమే. ఈ జిడ్డు చాంద్రసోమ లక్షణమని తెలిసికొనియున్నాము. చాంద్ర సోమమే అన్నము ద్వారా శరీరము నందు ప్రవేశించి మనసుగా మారుచున్నది. కావున శ్రుతి "చంద్రమా మనసోజాతః" అని మనశ్చంద్రుల సంబంధము చెప్పుచున్నది.

ఇక మనసు యొక్క ప్రాముఖ్యమేమో అది బంధమోక్షములకు కారణమెట్లో పరిశీలింతము.

శ్లో॥ నదేహో నచ జీవాత్మ
నేంద్రియాణి పరంతప
మన ఏవ మనుష్యాణాం
కారణం బంధమోక్షయోః"

శాట్యాయనీయోపనిషత్తు

దేహము కాని, జీవాత్మ కాని, ఇంద్రియములు గాని బంధ మోక్షములకు కారణము కానేకాదు, మనస్సే కారణము అని దీని భావము.

మనయందు ఆనంద - విజ్ఞాన - మనః - ప్రాణ - వాక్కులను పంచకోశములు కలవని నేర్చితిమి కదా ! ఈ పంచకోశములే అవ్యయ పురుషునికి పంచకళలుగా పేర్కొందురు.

పంచ కళలు

నిస్తారము (మోక్షము)			సంసారము (బంధము)	
ఆనంద	విజ్ఞాన	మనః	ప్రాణ	వాక్కు (శరీరము)

ఇందు మనసు మధ్య స్థానము నందు కలదు. ఇది ఉభయాత్మకము. "ఉభయాత్మకం మనః" అని శ్రుతి. ఈ మనసు ఇటు ప్రాణ వాక్కులందును, అటు విజ్ఞానానందము లందును కూడ సంచరించును. మనసు ప్రాణ శరీరములవైపు సంచరించినచో ఆనంద - విజ్ఞానములు వానికి సహకరించును. అపుడు విషయ వాంఛలు, భౌతిక సుఖములు, సంసారము, బంధనము ప్రాప్తించును. అదే మనసు విజ్ఞాన - ఆనందములవైపు సంచరించినచో శరీర - ప్రాణములు వీనికి సహకరించును. మనసు విజ్ఞా

నము నందు లగ్నమైనపుడు ఆనందము కలుగుచుండును. ఇది జ్ఞానానందము. బృంహాణ శీలమైన (వ్యాపక శీలమైన) యీ జ్ఞానానందమునే బ్రహ్మానంద మందురు. మనసును విజ్ఞానానందముల వైపు మళ్ళించుటకు సంసార దృష్టి నుండి విముక్తుడగుటయే ముక్తి. ఇదే మోక్షము. యోగులు విజ్ఞాన మూలక బ్రహ్మానందానుభూతిని పొందుచు జీవన్ముక్తులగుచుందురు. ఇట్లు బంధ మోక్షము లందు జిక్కుటకు మనస్సు కారణమగుచున్నదన్న మాట.

"ప్రాణికోటి కెల్ల బంధంబు - మోక్షంబు
చేరుటకును మనసు కారణంబు
విషయ సంగియైన విను బంధకారి, ని
ర్విషయమైన ముక్తి విభవకారి."

ఆముక్త మాల్యద ఆ. 3-73 ప.

ఇంత ప్రాముఖ్యము గల యీ మనసును నిగ్రహించుట యెట్లు ? మనసును నియంత్రింపనిచో సత్యము, అహింస, శుచి, శాంతి, దైవభక్తి, ధర్మము, న్యాయము, కరుణ, సానుభూతి, నీతి, సత్‌శీలము వంటి ఉత్తమ ధర్మములు (మానసికముగా కట్టుబడి యుండవలసినవి) పాటించుట మిక్కిలి కష్టము కదా ? దీనికి భగవద్గీత యిట్లు సమాధానము చెప్పినది.

శ్లో॥ అసంశయం మహాబాహో
మనోదుర్నిగ్రహంచలమ్
అభ్యాసేనతు కౌంతేయ
వైరాగ్యేణచ గృహ్యతే

నిజముగా చంచల స్వభావము గల మనసును నిగ్రహించుట కష్టమే కాని సాధనచేతను, వైరాగ్యము చేతను దానిని నిగ్రహించుకొన వచ్చును. మనో నిగ్రహణమును ప్రసాదించు శక్తి 'బుద్ధి యోగము' నకొక్క దానికి మాత్రమే కలదు. బుద్ధిచే మనసును బాహ్య వస్తువులపై నుండి మెల్లగా మరల్చి ఆత్మ యందు నిలుపుటకు ప్రయత్నించినచో మనసు నుండి పుట్టు అసంఖ్యాకములైన కోరికలకు నివేచన ఏర్పడును. ఇంద్రియములు మనసుచేతను, మనసు బుద్ధి చేతను నిగ్రహింప బడును.

ఇంద్రియములనెడి గుఱ్ఱములకు కట్టబడిన మనస్సనెడి కళ్ళెమును బుద్ధి యను సారధి చేత పట్టుకొని, శరీర మనెడి రధము నందుండు ఆత్మ యను రధికుని భద్రముగ గమ్యస్థానమునకు చేర్చుట కర్తవ్యము.

శ్లో॥ "ఆత్మానం రధినం విద్ధి। శరీరం రధమేవచ
బుద్ధింతు సారధిం విద్ధి। మనః ప్రగ్రహమేవచ॥
శ్లో॥ ఇంద్రియాణి హయానాహుః।
విషయాంస్తేషు గోచరాన్

ఆత్మేంద్రియ మనోయుక్తం
భోక్తే త్యాహుర్మనీషిణః"

మలినమగు మనస్సు నందు వస్తు స్వరూపము స్ఫుటము గను, స్థిరముగను ఉండదు. కావుననే దానిని నియంత్రించుట అవసరము. అట్లు చేసిననే మనస్సుకి సుఖశాంతులు లభించును. మనశ్శాంతి లేనిచో ఎన్నిభోగము లున్నను, ఎంత ధనమున్నను ఏమి ప్రయోజనము?

మన మనసు అన్న నిర్మితము కావున అన్నము లేనిచో మనసు నిలువదు. మనసు నిలువనిచో బుద్ధికి వికాసము లేదు. "స్వస్థే చిత్తే బుద్ధ యస్సంభవంతి" అని సూక్తి. అనగా బుద్ధి నిలుచుటకు మనసు, మనసు నిలుచుటకు అన్నము కారణ మగు చున్న వన్న మాట చంద్రునిపై సూర్యజ్యోతివలె మనసుపై బుద్ధి ప్రసరింప వలెను. అప్పుడు మాత్రమే మనసు స్థిరముగ నుండుట సాధ్యము. దీనిని సాధించుటకు బుద్ధిని రక్షించుకొన వలెను. బుద్ధిని రక్షించుటకు మనసును రక్షింప వలెను. మనసును రక్షించు కొనుటకు అన్న విషయమున శ్రద్ధ వహింప వలెను.

20. అన్నము - ప్రజాసృష్టి

శరీరము నందుండు వేడిని (temperature) వైశ్వానరాగ్ని యందురు. ఇది జఠరాగ్ని రూపమున అన్నమును పచనము చేయును. ఇట్లు పచనము చేయు వైశ్వానరాగ్నిని 'నేనే' అని భగవంతుడు గీతయందు తెల్పెను.

''అహం వైశ్వాన రోభూత్వా
ప్రాణినాం దేహ మాశ్రితః
ప్రాణాపాన సమాయుక్తం
పచామ్యన్నం చతుర్విధమ్.''

ఇచట వైశ్వానరాగ్నియే జఠరాగ్ని. ఇది నాలుగు విధములుగ అన్నమును పచనము చేయును.

1. విషమాగ్ని - ఒకప్పుడు ఆకలియగుట, ఒకప్పుడు లేకపోవుట

2. తీక్షణాగ్ని - తినిన వెంటనే మరల తినవలెనను కోరిక.

3. మందాగ్ని - వేళకు ఆకలి లేకుండుట.

(ఇవి క్రమముగా వాతపిత్త కఫ దోషములు కలిగియుండును.)

4. సమాగ్ని - వేళ ప్రకారము ఆకలి యగుట, తిన్నది జీర్ణమగుట. ఇట్లు జీర్ణమైన అన్నము మొదట అన్నరసముగను, తరువాత రసాసృఙ్మాంస మేదోఽస్థిమజ్జా శుక్రాది సప్త ధాతువులు గను మారును. ఈ క్రింది శ్రుతి వచనములు పరికింపుడు.

"అన్న మశితం త్రేధా విధీయతే
తస్య యస్థ విష్టో ధాతుః తత్పురీషం భవతి
యో మధ్యమ స్తన్మాంసం యోఽణిష్ఠః తన్మనః
ఆపఃపీతా త్రేధా విధీయన్తే తాసాం యః
స్థవిష్ఠో ధాతు స్త న్మూత్రం। యో మధ్యమస్తల్లో హితం
యో ఽణిష్ఠ సప్రాణః తేజోఽశితం త్రేధా విధీయతే
తస్యయః స్థవిష్టో ధాతు స్త దస్థి
యో మధ్యమః సమజ్జా, యోఽణిష్ఠః సావాక్"

ఈ సప్తధాతువులు ఆరోగ్యవంతుని శరీరములో సమస్థితి యందుండును. ఇందు శుక్రధాతువు వలన మన స్థూల శరీరము తయారగును. కావున శరీర నిర్మాణమునకు మూలకారణము అన్న మగుచున్నది. మనము భుజించిన అన్నమును పంచ ప్రాణవాయువులందలి సమాన వాయువు సమముగా నడిపించును. "మధ్యేతు సమానః ఏష హ్యేతత్ హుత మన్నం సమం నయతి" అని ప్రశ్నోపనిషత్తు

అన్నమును ప్రజాపతి యందురు. ఏలయన అన్నము నుండి రేతస్సు, రేతస్సు నుండి ప్రజలును పుట్టుచుందురు కావున. అందుచే ప్రజాపతి వ్రతము నెవరు చేయుదురో వారే మిధునమును పుట్టింప గలరు. ఎవని యందు తపస్సు, బ్రహ్మచర్యము, సత్యము ప్రతిష్ఠితమై యుండునో వారికే బ్రహ్మ లోకము ప్రాప్తించును. ఇందులకీ క్రింది వచనములు ప్రమాణము.

"అన్నంవై ప్రజాపతి స్తతో హవై తద్రేత
స్తస్మాదిమాః ప్రజా ప్రజాయ న్త ఇతి....
తద్యేహ తత్ప్రజాపతి వ్రతం చర న్తితే
మిధున ముత్పాదయ న్తి। తేషామేవైష
బ్రహ్మలోకో యేషాం తపోబ్రహ్మచర్యం
యేషు సత్యం ప్రతిష్ఠితమ్"

ప్రశ్నోపనిషత్తు ౧ ౪, ౧ ౫.

మాతాపితల రజోవీర్యము లందుంటు యోషా- వృషా మిధునభావముచే సంతానము గర్భమునకు వచ్చును. ప్రాణాత్మక యోషా వృషాతత్త్వములే బ్రహ్మరూపములు. లోకాశ్రయమగు శుక్రమే బ్రహ్మ. "తదేవ శుక్రం తద్బ్రహ్మ". (కఠోపనిషత్తు) ఈ శుక్రమున కుపాదానమగు అన్నము బ్రహ్మ. "అన్నం బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్'' అని కలదు గదా!

ప్రజాసృష్టిని గూర్చి ఛాందోగ్య మిట్లు చెప్పుచున్నది.

"సదేవ సోమ్యేద మగ్ర ఆసీదేకమేవాద్వి తీయమ్
తదైక్షత బహుస్యాం ప్రజాయే యేతి।
తత్తేజోఽసృజత తత్తేజ ఐక్షత బహుస్యాం
ప్రజాయే యేతి, తదాపోఽఽసృజత। తదాపఐక్షన్త
బహ్వ్యస్యామ ప్రజాయే మహీతి తా అన్న మసృజన్త" ...

ఇట్లు ప్రజోత్పత్తి కొరకు తేజస్సు, ఆపస్సు, అన్నము సృష్టింపబడినవి. భూమిపై వర్షములు కురియగానే ప్రజలకు కావలసిన అన్నము లభించును. ఈ యన్నము వలన మనః ప్రాణము లేర్పడును.

"పరుడగు అక్షర పురుషుని నుండి అగ్ని సూర్యులును, సోముని నుండి పర్జన్యుడును, పర్జన్యుని వలన ఓషధులును (అన్నమును), ఓషధుల వలన స్త్రీయందు వీర్యము చిలుకు పురుషుడును, పురుషుని వలన ప్రజలును పుట్టుచుందురు" అని ముండ కోపనిషత్తు పలుకుచున్నది.

"గర్భయోని యందు ఋతుపుష్పరస సంయుక్త మగుచు రేతము గాడ్పు చేత ప్రేరితమై కలసిన అందు పంచతన్మాత్రలు పొడవయి క్రమముగా అవయవము లేర్పడి లబ్ధ జీవులై ఉద్భవిల్లి శ్రోత్రంబుల శబ్దమును, నేత్రంబుల రూపమును, ఘ్రాణంబున

గంధమును, జిహ్వను రసంబును, త్వక్కున స్పర్శంబును, మనంబున సర్వమును ఎఱుంగుచు పూర్వకర్మ నియోగమున దుష్కృతమును, సుకృతమును చేయుచు, దుష్కృత బాహుళ్య మున పుణ్యము గీడ్పరచి (తక్కువచేసి) బుద్ధి విరహితములైన తిర్యగ్యోను లందు పుట్టు చుందురు. సుకృత బాహుళ్యమున పాప ము గీడ్పరచి బుద్ధి యుక్తులై మనుష్య యోనులందు పుట్టి యుక్తా చారులును, తత్త్వ విదులును అయి దేవత్వమును పొంది విశుద్ధ జ్ఞానులై ముక్తులగుదురు" అని మహాభారతము (ఆది 3-221) జీవుల గర్భోత్పత్తి విధానమును గూర్చి వివరించి యున్నది.

సత్ప్రవర్తన కలవారు మంచి యోనులందు పుట్టుదురని, దుష్ప్రవర్తన కలవారు శునక సూకరాది చండాల యోనులందు జన్మింతురని ఛాందోగ్యము చాటుచున్నది. ఏది యెట్లయినను జీవుడు మాత్రము మోహవార్ధిలోపడి చావు పుట్టుకలతో సత మతమై ఒకతీరమును చేరలేక, కర్మబంధనము లందు చిక్కుకొని తిరుగు చున్నాడు -

"స్థిరమగు పుణ్యకర్మమున దేవభవంబగుఁబుణ్యపాపసం
కరమున మానుషత్వమగుఁగల్మషముల్ పశుకీటభావముం
బొరయఁగఁజేయు; నిప్పగిదిఁ బుట్టుచుఁ జచ్చుచు మోహవార్ధిలోఁ
దిరుగుచునుండుఁ గాని యొక తీరముఁ జేరఁడు జీవుఁడెన్నఁడున్॥

భారతం. అరణ్య. 5 - 75.

ఇట్లు కర్మబంధనములలో చిక్కుకొనుటకు, కర్మాను సారముగా దేహధారణము చేయుటకు అన్నమొక కారణమగు చున్నట్లు సూక్ష్మ పరిశీలనమువలన తెలియగలదు. అన్నము వలన ప్రాణులు పుట్టుచున్నవి. అన్నము మేఘము వలన సంభవించును. యజ్ఞము వలన మేఘము, సత్కర్మలవలన యజ్ఞము, వేదముల వలన సత్కర్మలు, అక్షర పరబ్రహ్మ వలన వేదములు, పర బ్రహ్మము యజ్ఞము వలనను ప్రతిష్ఠితమై ధర్మబద్ధముగా ఈ సృష్టి చక్రము తిరుగు చున్నట్లు శ్రీకృష్ణభగవానుడు గీతయందు తెల్పుచున్నాడు.

"అన్నాద్భవన్తి భూతాని। పర్జన్యాదన్న సంభవః
యజ్ఞాద్భవతి పర్జన్యో।యజ్ఞః కర్మసముద్భవః
కర్మ బ్రహ్మోద్భవం విద్ధి। బ్రహ్మాక్షరసముద్భవమ్
తస్మాత్సర్వ గతం బ్రహ్మ। నిత్యం యజ్ఞే ప్రతిష్ఠితమ్
ఏవం ప్రవర్తితం చక్రం। నానువర్తయతీహయః
అఘాయు రింద్రియారామో। మోఘం పార్థసజీవతి".

దీనిని బట్టి ప్రజాసృష్టికి అన్నము మూల కారణమగుచు న్నట్లు స్పష్టము. పార్థివమైన (భూమికి సంబంధించిన) యీ అన్నరస స్వరూపమును ఐతరేయారణ్యక మంత్రము లిట్లు వివరించుచున్నవి.

"అథాతో రేతసః సృష్టిః। ప్రజాపతే రేతోదేవాః
దేవానాం రేతోవర్షం। వర్షస్యరేతో ఓషధయః
ఓషధీనాం రేతోఽన్నం। అన్నస్య రేతోరేతః
రేతసారేతః ప్రజాః। ప్రజానాం రేతోహృదయం
హృదయస్యరేతోమనః। మనసో రేతోవాక్
వాచోరేతః కర్మ। తదిదం కర్మకృతమయం
య ఏవం వేద.... (ఐతరేయారణ్యకము.)

ఇందు దేనినుండి యేది యెట్లు కలిగెనో, వర్షము, అన్నము, రేతస్సు, ప్రజాసృష్టి, హృదయము, మనస్సు, వాక్కు, కర్మ అనునవి ఒకదానికొకటి యెట్లు కారణమయ్యెనో స్పష్టముగా వివరింప బడినవి. ఇది వేదము. త్రికాలాబాధ్యముగా, నియమానుసారముగా నిది యిట్లే జరుగుచుండును.

ఇక వివేచన మనదే. ఆకలి దప్పికలు, శోకమోహములు, జరామృత్యువులచే పీడింప బడుచు, చర్మాస్థిమాంసరక్త మజ్జ కఫ విష్టామూత్రములచే దుర్గంధ భూయిష్ఠమైన శరీరము వలన పొందు కామోప భోగము యొక్క విలువ ఎంత? కామ సుఖము శాశ్వతానందానుభూతి నొసగుచున్నదా? అట్టి సుఖము దుఃఖముగనే పరిణ మించుట, మనశ్శాంతిని కరువు చేయుట లోకములో మనము చూచుటలేదా?

అందులకే కాబోలు మన భారతీయులు దేవతలకు అన్నమైన అమృతము కంటెను మోక్షమే అగ్రగణ్యమని, పొందదగిన పరమార్థమని, భావించి మోక్షముచే కాంక్షించిరి.

-o-

21. అన్నప్ర 'భావ'ము

ఆహార ప్రభావము మన భావములపై అధికముగా ప్రసరించు చుండును. మన ఆలోచనా సరళి మనము స్వీకరించు అన్నముపై ఆధారపడి యున్నది. ఏ అన్నము వలన నెటువంటి భావములు కలుగునో, ఏ ఆహార పదార్థము నందెటువంటి గుణము కలదో తెలిసికొని భుజింప వలసి యున్నది. ఇది కొంచెము కష్టమే కానీ అసాధ్యము మాత్రము కాదు. సాత్త్వికాహారము వలన సత్త్వ గుణములు, రాజసాహారము వలన రజోగుణములు తామసాహారము వలన తమో గుణములు ప్రాప్తించును. ఈ యాహార - గుణ సంబంధము "ఆహార గుణత్రయి" అను వ్యాసము నందు చెప్ప బడినది.

మనస్సు అన్న నిర్మితము కావున సత్త్వ రజస్తమోన్నముల భేదముచే మనస్సు కూడ మూడు విధములగుచున్నది. మనసు నుండి భావములు పుట్టును. మనకు ఏ విధమైన మనః ప్రవృత్తి కలదో ఆరకమైన భావములు కలుగు చుండును.

మనకు కలుగు భావములే భావి భవమునకు (పుట్టుకకు) కారణములు. "భావో భవస్య కారణమ్." కావున మనము తిను అన్నమే మన మనస్సునకు, భావములకు, మూల కారణమగు చున్నట్లు గ్రహింప వలెను.

సృష్టిలో జ్ఞానము పరిపూర్ణముగ వికసించిన జీవిమానవుడే. ఇతడు అనేకానేక బలీయమైన దోషావరణ ప్రభావముల నుండి తన జ్ఞాన శక్తిచే తప్పించుకొన వలసి యున్నది. వానిలో అన్న దోష మొకటి. అన్నదోష మున్నచో మనకు తెలిసినను, తెలియక పోయినను ఆదోష ప్రభావము మన భావములపై, చేష్టలపై ప్రసరించు చుండును. కావున మనము తెలియక పొర పాటున చేయు తప్పులకు కూడ పరోక్షమున నిట్టి దోష ప్రభావ మేదో ఉండి యుండునని గ్రహింప వలసి యున్నది. జనశ్రుత మగు ఈ కథను చూడుడు.

ఒక బ్రాహ్మణుని కథ:- మంగళాపురమను గ్రామములో సత్వసాధకుడను బ్రాహ్మణుడు కలడు. అతడు వేదములు నేర్చిన ఉత్తమ ద్విజుడు. నియమ నిష్ఠలు, శుచి పాటించు అలవాటు కలవాడు. అతడు విప్రస్వాభావికమైన యాచనా వృత్తిచే జీవన యాత్ర సాగించు చుండెను.

ఒకనాడతడు తన పొరుగు గ్రామమునకు వృత్తి కొరకు వెళ్ళెను. ఆ గ్రామము నందొక గృహస్థు సత్త్వసాధకుని భోజన

మునకు ఆహ్వానించెను. బ్రాహ్మణు డంగీకరించి యాగృహస్థు యింటికి ఆతిథ్యమున కేగెను. గృహస్థు వానికి సకల మర్యాదలతో, భక్తిగౌరవములతో అతిధి సత్కార పూజలుచేసి షడ్రసోపేతముగ భోజనము పెట్టి తృప్తి గావించెను.

ఆ యింటి యిల్లాలు భోజనము ముగిసిన తరువాత పాదములు కడుగు కొనుటకు వెండి చెంబుతో నీటిని వాకిట సిద్ధము చేసి యుంచెను. బ్రాహ్మణుడు తృప్తిగా భుజించి, త్రేన్చి, వెండిచెంబు నీటితో పాదములు శుభ్రపరచుకొని తనతో గొని వచ్చిన చేతి సంచిలో ఆ వెండి చెంబును పడవేసుకొని చక్కగా తన యింటికి వెళ్ళిపోయెను.

అతడు వెళ్ళిన తరువాత ఆ గృహస్థు, అతని ఇల్లాలును వెండి చెంబు వెదికి కొని, బ్రాహ్మణుడు చేసిన మోసమును, దొంగతనమును గ్రహించి నెత్తి బాదు కొనిరి.

సత్త్వ సాధకుడు తన యింటికి పోయి తన సంచిలో వెండి చెంబును పడవేసుకొని తనతోబాటుతీసుకొని వచ్చుటచూచుకొనెను. "అయ్యయ్యో! ఎంత పొరపాటు జరిగినది? నన్ను ఆదరించి, ఆతిధ్య మిచ్చి, అన్నము పెట్టిన ఆయజమాని వెండి చెంబును మందమతినై యేదో ఆలోచించు కొనుచు సంచిలో పడవేసి తెచ్చితినే! నాకీ దొంగబుద్ధి యెందుకు కలుగవలె? ఎన్నడును లేని బుద్ధి మాంద్యము నేడేల ప్రాప్తించవలె? నేను తెలియక తెచ్చినను

నన్ను వారు దొంగగా భావించ కుందురా?" అనుచు పశ్చాత్తాపము నొంది వెండి చెంబును మరల సంచిలో పెట్టి సరాసరి మరల ఆగృహస్థు యింటి కేగెను. ఆయింటి ఇల్లాలికి వెండి చెంబు తిరిగి చూడగనే ప్రాణము తిరిగి వచ్చినట్లయ్యెను.

సత్త్వ సాధకుడైన ఆ బ్రాహ్మణుడు సత్యశోధకుడై గృహస్థుతో నేకాంతముగ మాట్లాడుచు, అయ్యా! యిట్లు జరిగినందులకు మిక్కిలి బాధ కలుగు చున్నది. నేనెప్పుడును ఇట్లు దొంగతనమును చేసినవాడను కాను. నాకుగా నేను గ్రహించ కుండగనే తమ వెండి చెంబును సంగ్రహించుకొని పోవుట జరిగినది. దీనిచే దొంగతనము చేసిన దోషము నాకు కలుగు చున్నది. నా మనసు కలత చెందు చున్నది. మీ చేతులు పట్టుకొని ప్రార్థించు చున్నాను. దయచేసి నేనడిగిన ప్రశ్నకు సత్యబద్ధమైన సమాధానము చెప్పుడు. నాకు భోజనము పెట్టిన అన్నము తాలూకు బియ్యము తమ రెచ్చట నుండి తెచ్చితిరి? అని సూటిగా ప్రశ్నించెను.

ఆ గృహస్థు నివ్వెరపోయి, కంగారు చెంది, తెల్లమొగము వైచి, నిర్మలహృదయముతో తనసొమ్ము తనకు తిరిగి అప్పగించి తన చేతులు పట్టుకొని యదార్థము చెప్పుమని పరితపించు చున్న ఆ సద్బ్రాహ్మణుని యొద్ద అసత్యము పలుకలేక, నిజము నిట్లు వెల్లడించెను

ఓ బ్రాహ్మణోత్తమా! మీరు మహాత్ములవలె నున్నారు. మీకు భోజనమునకై వండించిన బియ్యము తాలూకు ధాన్యము నేనొక కామందు పొలము నుండి దొంగిలించి తెచ్చినవి. నన్ను క్షమింపుడు" అనుచు బ్రాహ్మణుని పాదములు పట్టుకొనెను.

దొంగిలించి తెచ్చిన ఆ గృహస్థు చోర భావము తాను భుజించిన అన్నము ద్వారా తనకు తెలియకుండగనే తనలో ప్రవేశించి తనతో ఆ దొంగపని చేయించినదనియు, చౌర్యదోషము తనకు కలుగునట్లు చేసిన దనియు జ్ఞానవంతుడైన ఆ బ్రాహ్మణుడు వివేచన చేసి గ్రహించెను.

మనకు తెలిసినను, తెలియక పోయినను అన్నదోష ప్రభావము, ఎదుటి వ్యక్తి స్వభావము మనపై నెట్లు బలీయముగ ప్రసరించి నడిపించు చుండునో, అన్నమునకును - భావమునకును గల కార్య కారణ సంబంధ మెట్లుండునో పై కథ వలన తెలియు చున్నది. దొంగిలించి తినుట వలనదొంగభావములు మరింత అధిక మగును.

-0-

22. ఓషధి వనస్పత్యన్నము

అన్నము రెండు విధములు. 1) ఓషధులు 2) వనస్పతులు. సోమతత్త్వ ప్రధానముగా గల యవ గోధుమాదులు ఓషధులు, "ఓషధ్యః ఫలపాకాంతాః" ఇవి ఒక పంటతో సమాప్తమగును. చంద్రుడు ఓషధీశ్వరుడు కనుక ఓషధులు చాంద్రరస ప్రధానముగా నుండును. ఇవి మనో వర్ధకములు. అగ్ని తత్త్వ ప్రధానములైన ఆమ్ర ఫలాదులు వనస్పతులు. వీని యందు సౌర రసము ప్రధానము. ఇవి బుద్ధి వర్ధకములు.

రోగ భూయిష్ఠమైన శరీరములో ఆకలి జబ్బునకు వేయు ఔషధమే అన్నము. జబ్బు చేసిన బాధ కలుగును. ఆకలి వేసినను బాధ కలుగును. ఆకలి కూడ బాధయే. కావుననే దీనిని క్షుధార్తి అందురు. దీనిని భరించలేము. దీనికి అన్నమే మందు. కావుననే పృథివ్యన్నమునకు ఓషధి అని పేరు. ఓషధికి సంబంధించినదియే ఔషధము. ఈ ఔషధిరూప పృథివ్యన్నము వలన శరీరము తయారగుచున్నది. ఈ క్రింది ఉపనిషద్వాక్యములు చూడుడు.

"ఆత్మన ఆకాశ సంభూతః
ఆకాశాద్వాయుః । వాయోరగ్నిః
అగ్నేరాపః । అద్భ్యః పృథివీ
పృథివ్యా ఓషధయః । ఓషధీభ్యోఽన్నం
అన్నాద్రేతః । రేతసః పురుషః" (తై॥ ఉ॥)

ఆత్మ నుండి ఆకాశము, ఆకాశము నుండి వాయువు, వాయువు నుండి అగ్ని, అగ్ని నుండి జలము, జలము నుండి పృధివి, పృధివి నుండి ఓషధులు, ఓషధుల నుండి అన్నము, అన్నము నుండి వీర్యము వీర్యము నుండి పురుషుడు అనగా దేహియు పుట్టుచున్నవి.

మనముపయోగించు ఓషధి వనస్పతుల మలములే మన కేశలోమములు. వీనిని అగ్ని మలము లందురు జఠరాగ్ని వలన అన్నము పచనమై రసమలము లేర్పడును మల మధో ద్వార మున పోవును. ఉచ్ఛిష్టమగు కిట్ట భాగము రోమ కూపముల నుండి బయటకు వెలువడును. కిట్టము లనగా కంటిపుసి, చొంగ, చెమట, నాసామలము, కక్షమలము, కేశలోమములు మొదలగునవి. ఇవి శరీరాగ్ని వలన తయారగును.

"యత్రాస్య పురుషస్య మృతస్య అగ్నింవాగప్యేతి
వాతం ప్రాణః చక్షు రాదిత్యం
మనశ్చంద్రం - దిశః శ్రోత్రం
పృధివిం శరీరం - ఆకాశం ఆత్మా
ఓషధీర్లోమాని - వనస్పతీన్ కేశాః"

- బృహదారణ్యకము.

ఇట్లు పృధివ్యన్నము వలన తయారైన మన శరీరమును ఆత్మను భూతికి భోగాయ తనముగా మార్చుటకై అన్నమును

బ్రహ్మభావముతో సంస్కరించి, ప్రాణ దేవతల కాహుతులిచ్చి, భగవత్ప్రసాదముగా భుజింప వలెనని శాస్త్రకారుల అభిప్రాయము. దేవాలయములలో భక్తులు భోగములు చేయించి ప్రసాదములు స్వీకరించుటలోని పరమార్థమిదియే. కావున ఆలయములందు భోగము చేయించుట భగవంతుని కోసము కాదు, మన కోసమే. నైవేద్యము చేసినది భగవంతుడు తినుట లేదు. తిరిగి మనమే తినుచున్నాము. మరి యిట్లు చేయుట విశుద్ధ భావ సంక్రమణము కొరకే అని గ్రహింపవలెను.

ప్రాణుల కాహారముగా బ్రహ్మ, ఫలమూలౌషధిశాకములను, పశువుల, మృగముల సమూహములను ఏర్పరచెనని వేదములు చెప్పుచున్నవి.

> ఫలమూలౌషధి శాకం
> బులుఁ బశుమృగతతులు భక్ష్యములుగా భూతం
> బుల కజుఁడు సేసెనని య
> స్ఖలితంబుగ్రమోయ శ్రుతులు కాదనవశమే?"

భారతం. ఆరణ్య. ఆ 5-54.

నిజమే. కాదన గలమా? ఈ సృష్టిలో ఆహారము సిద్ధాన్నమే. దానిని భావ పరిశుద్ధి కొరకు శుద్ధి చేసుకొని బుద్ధి వర్ధకముగ పవిత్ర భావముతో భుజించుటయే మనపని.

23. ఆహార గుణత్రయి

"ఆహార స్త్వపి సర్వస్య త్రివిధో భవతి ప్రియః" అని గీతాశాస్త్రములో ఆహారము మూడు విధములుగా చెప్ప బడినది.

1. సాత్త్వికాహారము.
2. రాజసాహారము.
3. తామసాహారము.

ఇందు మొదటిది స్థిరత్వమునకు, రెండవది చలత్వమునకు, మూడవది జడత్వమునకు కారణములు. ఈ త్రివిధాహారముల వలన సత్త్వ రజ స్తమస్సులను గుణములు పెంపొందును. ఈ గుణత్రయమును బట్టి విభిన్న జీవసృష్టి వెలయు చున్నది.

"యేచైవ సాత్త్వికా భావారాజసాస్తా మసాశ్చయే
మత్త ఏవేతి తాన్విద్ధి నత్వహం తేషు తేమయి
త్రిభిర్గుణమయైర్భావైరేభిస్సర్వ మిదం జగత్
మోహితం నాభిజానాతి మామేభ్యః పరమవ్యయం"

అను గీతావచనములనుబట్టి సత్త్వ రజ స్తమో భావములు భగవంతుని యందున్నను వాని యందు భగవంతుడు లేడు ఈ మూడు గుణములచే ప్రపంచము మోహితమై భగవంతుని తెలిసి కొనలేక పోవుచున్నది. ఈ త్రిగుణములు సృష్టికి కారణములు.

"సత్త్వ తమసులతోడ రజస్సు కలిసి
బీజముల యందు సలిలమే విధమునం(బ
వర్తకం బగు నట్లు (ప్రవర్తకమగు(
(దిగుణ యోగంబు నివ్విధి దెలియ(దగును"

(బహ్మాండపురాణం 1-133ప.

గుణంబులు వైషమ్యము నొందిన నందధిక గుణ సంబంధి యగు సృష్టి యగు. (త్రిగుణంబులు సర్వ శరీరము లందుండి శాశ్వతములై యొప్పుచుండు, నని (బహ్మాండ పురాణము చెప్పు చున్నది.

శరీరము అసంఖ్యాక పరమాణు కూటమి కలది. ఈ యణువుల గుణ (ప్రాధాన్యమును బట్టి శరీరము నందు సత్త్వ రజస్తమో గుణములలో నేదొకటి (ప్రధానముగా నుండును.

ఇందు సత్త్వ గుణము నిర్మలమైనది. ఇది జ్ఞానాసక్తిని పెంచి దానిచే జీవుని బంధించును. రజోగుణము రాగాత్మకమైనది. ఇది కోరికలను పెంచి కర్మాసక్తిచే జీవుని బంధించును. ఇక తమో గుణము జీవులలో అజ్ఞానమును పెంచి మోహమును కలిగింప చేయును. శ(తువుల వంటి (క్రోధ లోభ మోహ మద మాత్సర్యాది గుణములు తామస రాజసాహారముల వలన కలుగును. తమో గుణము మిక్కిలి (ప్రమాదము. దీని మహిమచే

మానవుడు మోహపరవశుడై యీ శరీరము నాది, యీ పరికర ములు నావి అను భ్రమలో పడి అజ్ఞానముతో పిచ్చివాని వలె తిరుగుచు మోహముచే బంధింప బడుచున్నాడు.

"నరనాథ! పాంచ భౌతిక
శరీరమున దేహి మోహసాంద్రతమ, తమః
పరివృతుడై యేనిది నా
పరికరమని యవధిలేనిభ్రమపడి తిరుగున్॥

ఆముక్తమాల్యద

తుదకు సత్త్వ రజస్తమో గుణములు మూడును బంధన హేతువులే. జ్ఞానేంద్రియముల వలన ప్రకాశమయ జ్ఞాన మెపుడు వ్యక్తమగునో అపుడు సత్త్వ గుణ మధికము. లోభము, ఉద్రే కము, కర్మఫలాసక్తి, ఆశ, అశాంతి మొదలగు లక్షణములు రాజసాహార ప్రభావము. సోమరితనము, అవిద్య, అవివేకము, మరపు, అజాగరూకత, అధిక నిద్ర మున్నగు లక్షణములు తామ సాహార విలాసములు.

సాత్త్వికాహారులు జ్ఞానవంతుల సాంగత్యము కలిగి జ్ఞానుల గర్భము నందు జన్మింతురు. రాజసాహారులు కర్మాసక్తుల గర్భమున పడుదురు. తామసాహారులు మూర్ఖుల గర్భములందు పుట్టుదురు అని శాస్త్రము చెప్పుచున్నది.

శరీర ధారణమునకు కారణమగుచున్న యీ త్రిగుణముల నెవడు దాట గలడో అతడే జనన మరణ జరా దుఃఖ భావముల నుండి విముక్తిని పొంద గలడు. అట్టి మహాత్ములను జీవన్ముక్తు లందురు. సృష్టి హేతువులగు ఈ మూడు గుణములకు జనను లైన సాత్త్విక రాజస తామసాహార లక్షణములను గూర్చి యిక పరిశీలింతము:-

సత్త్వ లక్షణ ప్రధానమైన ఆహారము శరీరమునకు ఆయువు, ఆరోగ్యము, తేజస్సు, బలము, సుఖమును, ప్రీతిని కలిగించును. రసముగల కాయలు, పండ్లు, పువ్వులు, ఆకులు, నువ్వులు మొదలగు చమురు పదార్థములు, దేహధాతువులకు బలము నిచ్చు పప్పులు, దుంపలు, గుండెకు బలము నిచ్చు తేనె, నెయ్యి, పాలు మొదలగు పదార్థములు సాత్త్వికాహారము. ఈ యాహా రము స్థిరబుద్ధిని కలిగించును.

చేదు, ఉప్పు, పులుపు, వేడి, కారము అధికముగ నుండి నాలుకకు తీవ్ర రుచిని కలిగింప చేయునది రాజసాహారము. ఇది మనో వికారములు కల్పించి, మానసిక చపలత్వమునకు కారణమై దుఃఖము, శోకము, రోగము, కలిగించును. మాంసమే గాక వడియములు, వేపుళ్ళు, కాల్చిన కూరలు గూడ రాజసత్వమునే కలుగ జేయును. ఉప్పు, పులుపు, కారములు, అధికముగ వాడుట వలన మనసునకు దిగులు, శోకము ప్రాప్తించును.

జాము (మూడుగంటలు) కాలము నిలవ యుండినదియు, రసహీనమైనది, దుర్గంధముతో కూడినది, రుచిలేనిది, పాసిపోయి నది, యెంగిలిది, అపరిశుభ్రముగ నున్నది, ఒకపూట దాటిన చద్దన్నమును తామసాహారమగును. ఇది తెలివిని, ఉత్సాహమును హరించి బుద్ధిని మందగింప చేయును.

ఈ మూడు రకముల ఆహారము మూడు విధముల గుణములను కలిగించును. సత్త్వ రజస్తమో గుణములలో ఏగుణము కలవారికి ఆ రకమైన ఆహారము నందభిరుచియు, ఏ రకమైన ఆహారము భుజించు వారికి ఆరకమైన గుణములును కలుగుచుండును. కావున ఆహారమునకును, గుణము లకును సంబంధము కలదు. ఒక్కొక ఆహార పదార్థము నందు ఒక్కొక విధమైన గుణముండును. మనము ఏ అన్నము నందే గుణము కలదో, అది యెట్టి భావములను మనకు కలిగింప చేయునో తెలిసికొని తినుట మంచిది. లేనిచో ఆహార దోషములు మనకు సంక్రమించి హాని కలిగింప వచ్చును. ఏ ఆహార పదార్థమునందే గుణము కలదో తెలిసికొనుటకు పండిత వీటూరి వాసుదేవ శాస్త్రి గారు రచించిన వస్తుగుణ ప్రకాశిక అను గ్రంథము చాల వరకు ఉపయోగించును.

సాధారణముగ సత్త్వగుణము జ్ఞాన ప్రకాశకము. తామస గుణము జ్యోతిర్నిరోధకము. మనము భుజించు అన్నము సత్త్వ

గుణమును పెంపొందించు నట్లుండవలెనే గాని తమో గుణ వర్ధకము కారాదు. లాంతరు యొక్క చిమిని మసితో మలినముగ నున్నచో దీపజ్యోతి ప్రకాశించదుకదా! అట్లే శరీరము తమోగుణ ప్రధానమైనచో ఆత్మజ్యోతియు ప్రకాశించదు. జ్ఞాన కాంతి ప్రసరించదు.

అభక్ష్య భోజనము, అకాల శయనము, నిరంతర పరస్త్రీ సంగమాభిలాష, మద్య పాన సేవనము ఇత్యాదులు మనము స్వీక రించు అన్నలక్షణ మనోప్రేరణములని శాస్త్రజ్ఞులు చెప్పుచున్నారు.

కావుననే మన పూర్వులు సత్‌శీల సంపదకు, సత్త్వ శుద్ధికి ఆహార శుద్ధి మూలమని వక్కాణించిరి. "ఆహార శుద్ధౌ సత్త్వ శుద్ధిః" అని వేదము.

"మితముగాను హితముగాను
సాత్త్వికంబుగ వెలయునట్టి
భోజనముచే చిత్తమెంతయు
శుద్ధపడునని నమ్ము శీఘ్రము"

తత్వసారము

-o-

24. ఆహారనియమములు

ఆహారము తినవలెనను కాంక్ష రెండు రకములు. 1. ఉద్ధితాకాంక్ష 2. ఉద్దాహ్యాకాంక్ష. మొదటిది బుద్ధికి సంబంధించినది. రెండవది మనసుకు సంబంధించినది. మొదటిది సహజము (natural) రెండవది కృత్రిమము (artificial) మనకు ఆకలి లేకపోయినను తినుటకు ప్రేరేపించునది యీ ఉద్దాహ్యాకాంక్షయే. దీనికి నియమములు అవసరము.

ఆకలి యగునపుడు భుజించినది జీర్ణమై శరీరమునకు బలారోగ్యములు కలిగించును. కావున ఆకలి లేనిదే భుజింపరాదు. "ఆకలి యగుటయే భోజనమునకు కాలము" అని చారుచర్య యందు చెప్పబడినది.

ఆహార నియమములు పాటించుట ఆరోగ్యమునకు మంచిది. ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యము. కావుననే ఆది శంకరులు "కిం భాగ్యం దేహవతాం ఆరోగ్యం" అనినారు. శరీరము ఆరోగ్య వంతముగ నున్నపుడే మన పనులు మనము నిర్వహించు కొను శక్తి కలిగి యుందుము. ఆరోగ్య మనగా రోగము లేకుండుటయే.

"ధర్మార్థ కామ మోక్షాణాం
ఆరోగ్యం మూల ముత్తమం
రోగాస్తస్యాప హర్తారః
శ్రేయసో జీవితస్యచ"

చరకము

పై శ్లోకమును చరకుడు వైద్యశాస్త్రము నందు చెప్పెను. సమయానుసారముగ అన్న పానములు స్వీకరించుట, ఏ పదార్థము పచన మగుట కెంత కాలము పట్టునో తెలిసికొని ఆ సమయ భేద మును పాటించి భుజించుట ఆహార నియమముగ పరిగణింతురు. దీనిని punctuality of eating అందురు. త్వరగా జీర్ణమగు వాని కంటె ఆలస్యముగ జీర్ణమగువానిని తక్కువ తినవలెను.

తినకూడని పదార్థములను తినుట, అశుచి స్థానము, అకాల భోజనము, అతిభోజనము పరిత్యజింపవలెను. హితమగు పదార్థ ములను మితముగ భుజించుట శ్రేయస్కరము. "హిత భుక్ మిత భుక్" అని ఆర్యోక్తి. అత్యాహారము అనేకవ్యాధులను కలిగించును. నిరాహారము బలమును నశింప చేసి ధాతు శోషణము చేయును. సమానాహారము ఆయురారోగ్యములు వృద్ధి చేయును.

"అత్యాహారాద్భవేద్వ్యాధిః
అనాహారాద్బల క్షయః
సమాహారాద్బలం సమ్య
గాయుర్వర్ధన ముత్తమమ్॥

ఆహార శాస్త్రము

కావున సమాహార పద్ధతి ఆచరణీయము. మానవులు రోజు నకు రెండు సార్లు మాత్రమే భుజింప వలెననియు, ఉదయ,

సాయంత్రము లందు తప్ప మధ్యకాలము నందు భుజింపరాదనియు శాస్త్రము నుడువుచున్నది.

భోజనమునకు ముందును, భుజించిన తరువాతను దంతములను శుభ్రము చేసికొనుట ఆహార నియమములందొకటి. ఏలయన భుజించిన పదార్థములు దంతచ్ఛిద్రములందు చేరి కాలాంతరమున కీటాణువులై గర్భము నందు ప్రవేశించి అగ్నిమాంద్యాది రోగములకు కారణము కావచ్చును. కావున దంతధావన మవసరము.

"ఆయుర్బలం యశోవర్చః ప్రజాః పశువసూనిచ
బ్రహ్మ ప్రజ్ఞాంచ మేధాంచ త్వన్నో దేహి వనస్పతే॥

అను మంత్రముచే ఖదిర, ఉదుంబరాది దంత కాష్ఠములను అభిమంత్రించి పండ్లు తోముకోవలెనని శాస్త్రము శాసించు చున్నది. ఖదిర - ఉదుంబరము లనగా చంద్ర - మేడిచెట్ల పుల్లలని యర్థము. నేడట్టి కాష్ఠములు దొరుకుటకష్టము. ఎట్లైనను దంతములు శుభ్రపరచుట ముఖ్యము.

మనము చెడుతలపులు మనసు నందాలోచించు కొనుచు అన్నము భుజించిన యెడల, తిన్న అన్నము లోనికేగి మరిన్ని దుష్ట భావములు కలుగుటకు కారణమగును. అట్లే సద్భావములు కూడా.

ఇంకను పదార్థముల పరిపక్వతను గుర్తించి తినుట మంచిది. జలపక్వాన్నము ఎక్కువకాలము నిలవ యుంచినచో పాసిపోవును.

అపుడు దానిపై అసురభావము వ్యాపించును. ఎట్లనగా వరుణుడు జలదేవత యగుటచే వారుణదోషమే గాక వారుణ సృష్టి జన్యమగు అసుర భావదోషము కూడ దానియందు సంక్రమించును. కావుననే జలపక్వాన్నమును "సాంక్రమికాన్నము" అని యందురు. తుదకు బియ్యము యొక్క పుట్టుక నీటి యందగుటచే ఈ సాంక్రమిక దోషము బియ్యమునకు గూడ పట్టుచున్నది. ఇట్టి వానిని శౌచ భావముతో ఆరగింపవలెను.

మానవుడు భయంకరాతి భయంకర గ్రహపీడల నుండియైన తప్పించుకొనగలడు కాని, ఈ అన్న గ్రహపీడనుండి మాత్రము తప్పించుకొనలేడు. కావుననే శతపథము "అన్నమేవ గ్రహః" (4-5-6) అని అన్నమును మహాగ్రహముగ పరిగణించెను. దీనిని బట్టి "హింసకు ఓపినంత యెడముండుటయే అహింస" యని మహాభారతమునందు ధర్మవ్యాధుడు ధర్మసూక్ష్మము చెప్పినట్లే, సాధ్యమగునంత మేరకు దోషరహితమని మన బుద్ధికి తోచిన అన్నమును మాత్రమే భుజించుట విశుద్ధాహారమే యగును.

ఇక, కొందరు దుష్టబుద్ధుల దృష్టి దోషము అన్నము పై ప్రసరించి బాధింపకుండ శాస్త్రమెట్లు కట్టు దిట్టము చేయుచున్నదో చూడుడు.

"అన్నం బ్రహ్మరసో విష్ణుర్భోక్తా దేవో మహేశ్వరః
ఇతి సంచిత్య భుంజానం దృష్టి దోషో నబాధతే
అంజనీగర్భ సంభూతం కుమారం బ్రహ్మచారిణాం
దృష్టిదోష వినాశాయ హనుమంతం స్మరామ్యహం"

పై శ్లోకమును చదువుకొని అన్నమును భుజించినచో నెట్టి దృష్టిదోషమును బాధింపదట

కొందరు, అన్నపానములకు ఆత్మతో సంబంధములేదనియు బలము సంపాదించుట కేదియైన తినవచ్చు ననియు, ఇష్టము వచ్చినట్లు ఇష్టపదార్థములను తుష్టిగ భుజించుట యందు తప్పేమి కలదనియు ప్రశ్నించు చున్నారు. అట్టి వారికిదే సమాధానము. మనము తిన్న అన్నము మన జ్ఞానమునకును, బుద్ధికిని కారణమగుచున్నది. కావుననే తప్పు చేసిన వారిని నీకు బుద్ధిలేదా? అన్నము తినుటలేదా? అని మనవారు తిట్టు చుందురు. మనము అన్నవిషయము నందెంత శ్రద్ధ వహించిన అంత బుద్ధి మంతులము, జ్ఞానవంతులము కాగలమన్న మాట.

ఇట్టి ఆహార నియమములను మనము పాటింప కున్నచో మనము తిన్న సాత్త్వికాహారము కూడ తామసా హారముగ మారిపోవు ప్రమాదము కలదు. రోగభూయిష్ఠమైన శరీరమును ఆత్మాను భూతికి భోగాయతనముగ మార్చుటకు అన్నమును పవిత్ర బ్రహ్మభావనతో మనసా సంస్కరించి భుజింప వలెను.

మనకు కేవల శరీరారోగ్య మొక్కటి మాత్రమే సరిపో వునని యనుకొనరాదు. మానసిక ఆరోగ్యము కూడ చాల అవస రము. మానసిక అనారోగ్యము శరీరారోగ్యమును దెబ్బతీయును. కామ క్రోధ లోభ మోహ మద మాత్సర్యములకు లోనగుట మానసిక అనారోగ్యమునకు గురియగుటయే. దీనికి చికిత్స ధర్మ శాస్త్రము.

-o-

25. ఏది మేలు?

ఆహారమును వస్తుతః రెండుగా విభజింప వచ్చును.

1. మాంసాహారము
2. శాకాహారము

ఈ రెండింటిలో మానవ శరీరమునకు మేలు చేకూర్చు నది శాకాహారమే నని పలువురు శాస్త్రజ్ఞుల అభిప్రాయము. ఇతర జంతువు లందు కూడ యీ శాకాహార మాంసాహార భేదము మనకు కనబడును. ఆవు, గేదె, గుఱ్ఱము, గాడిద వంటి జంతువులు కొన్ని శాకాహారులు. పెద్దపులి, సింహము వంటి జంతువులు

మాంసాహారులు. జంతువులందెక్కువ బలము గల ఏనుగు శాకాహారి. దీనినిబట్టి యీ శాకాహార - మాంసాహార భేదము ప్రకృతి సహజమని తెలియు చున్నది. మరి వీనితో మానవులకు ఏది యెక్కువ మేలు కలిగించునో, ఏది కీడు కలిగించునో తెలియబరచుటయే యీ ప్రకరణము యొక్క ఉద్దేశ్యము.

మాంసాహారము వలన చాల బలము వచ్చుననియు, శాకాహారము బలవర్ధకము కాదనియు ఒక దురభిప్రాయము చాలా కాలముగా మన దేశము నందు సామాన్య ప్రజలలో బలీయముగ నాటుకొని యున్నది. ఈ విషయమున స్వదేశ విదేశ శాస్త్రవేత్తలెందరెందరో తీవ్ర పరిశోధనలు చేసిరి.

అట్టి వారిలో ప్రొఫెసర్ రోలాండ్ ఫిలిప్సు అను శాస్త్రజ్ఞుడొకడు. ఇతడనేక పరిశోధనలు చేసి మాంసాహారము శరీరమునకు ఎక్కువ హాని కలిగించు చున్నట్లు చెప్పెను. ప్రొఫెసరు ఫిలిప్సు కాలిఫోర్నియాలో 24000 మంది వ్యక్తుల శరీరారోగ్య పరిస్థితులను ఆరు సంవత్సరముల కాలము పరిశోధించి శాకాహారులలో కంటె మాంసాహారులందు గుండెపోటుచే మరణించువారి సంఖ్య మూడు రెట్లు అధికమని సర్వే చేసి చెప్పెను. అది యట్లుండనిండు.

శరీరవృద్ధికి మాంసకృత్తు లవసరము. శాకాహారులకివి

పప్పుదినుసుల నుండి లభించును. ఇదిగాక మనము తిను క్రొవ్వు పదార్థములను 'ట్రైగ్లిసరైడ్స్' అందురు. ఇవి రెండు విధములు.

1. సంతృప్తములు:- జంతువుల నుండి లభించు నెయ్యి, లివరాయిలు మొదలుగునవి. ఇవి రక్తము నందు కొలెస్టరల్ పెంచును.

2. అసంతృప్తములు:- వృక్ష సంబంధమగు క్రొవ్వులు అసంతృప్తములు. ఇవి ప్రొద్దు తిరుగుడు పువ్వు, నువ్వు పప్పు, సోయాచిక్కుడు, జొన్నలు మొదలగువాని నుండి వచ్చు నూనెలు, వీని వలన శరీరము నందు కొలెస్టరలు పెరగదు.

సంతృప్త క్రొవ్వు పదార్థములు మాంసాహారము నందధిక ముగ నుండుటచే మాంసాహారుల రక్తము నందు కొలెస్టరలు అధికమై, గుండె జబ్బు, గుండె పోటులకు కారణమై ప్రాణా పాయము కలిగించును. దీనినిబట్టి క్రొవ్వు పదార్థములకు, గుండెకు సంబంధము కలదని విశదమగు చున్నది.

విటమిన్లు:- మానవునకు మాంసకృత్తులు, క్రొవ్వు పదార్థములతో బాటు విటమిన్లు, ఖనిజలవణములు కూడ అవస రము. ఇవి మనము భుజించు ఆహారము వలన మాత్రమే లభించును. మనకు విటమిన్లు లోపించినచో శరీరము నందు రోగనిరోధక శక్తి తగ్గి రోగములు వచ్చును.

పాలలో 'బి' విటమిను కలదు. ఇది లోపించినచో పెదవుల మూలలు పగులును. మానవుల కతి ముఖ్యమైన విటమిను బి-12 జంతువుల కాలేయము నందు లభించును. ఇది లోపించినచో రక్త కణముల ఉత్పత్తి నశించి 'ఎనీమియా' అను వ్యాధికి దారితీయును. మాంసాహారులలో ఈ విటమిన లోపముండదు. కాని శాకాహారులలో కూడ యీ విటమినులోపము కనబడుటలేదు. పండ్ల ద్వారా కొన్ని రకముల సూక్ష్మ జీవులు శాకాహారుల శరీరము లందు ప్రవేశించి బి-12 విటమినును వారి శరీరము నందే తయారు చేయుచున్నట్లు శాస్త్రజ్ఞులు సూక్ష్మ పరిశోధనలు చేసి నిర్ధారణ చేసిరి.

'సి' విటమిను కాజాపండ్లు, పచ్చికాయ కూరలలో అధికము. ఇది లోపించినచో 'స్కర్వీ' అను వ్యాధి వచ్చును. ఇక్లే 'డి' విటమిను లోపించినచో 'రికెట్సు' వ్యాధి కలుగు చున్నది. ఇది సూర్యుని ఎండచే సహజముగ లభించును కావున శాకాహారుల కీ లోపము రాదు. ఇక ఖనిజలవణములు శాకాహారి కన్న మాంసాహారికే అధికము.

పొట్ల, కాకర, బీర, సొర, తోటకూర, గోంగూర, జామ, మామిడి మొదలగు వాని యందు పీచుపదార్థ మధికము. ఈ పీచు అధికముగ నున్నచో వెంటనే గొంతు జారి జీర్ణకోశము చేరి త్వరి తముగ జీర్ణమగునని వైద్యులు చెప్పుచున్నారు. పీచు లేనిచో

తినిన వెంటనే జీర్ణము కాక పెద్దప్రేవులందు చుట్టుకొని యెక్కువ కాలము నిలవ యుండుటచే ప్రమాదకరమగు 'కాన్సరు' జబ్బు సంభవించునని డెనిస్ బర్కిట్ అను ప్రఖ్యాత ఆంగ్లవైద్యుడు చెప్పుచున్నాడు. శాకాహారము నందు కన్న మాంసాహారము నందు పీచు పదార్థము అతి తక్కువ కావున మాంసాహారులకు "కాన్సరు" ప్రమాదము ఎక్కువ.

మన ప్రాచ్య దేశముల కన్న పాశ్చాత్య దేశము లందు మాంసాహారము యొక్క వాడకము చాల అధికము. ఆయా దేశములలో ఒక మానవుడు తన జీవితకాలములో సగటున 'ఒక ఆవు 7 ఎద్దులు, 36 పందులు, 36 గొర్రెలు, 550 కోళ్ళు' తినుచు అధిక సంఖ్యలో కాన్సరు, గుండెజబ్బులకు గురియగు చున్నట్లు పత్రికాసమాచారము.

నేడు మన వారును పాశ్చాత్యులతో పోటీపడుచు మాంసాహారమును యథేచ్ఛగా స్వీకరించు చున్నారు. దేనికైనను పరిమితి, హద్దు అవసరము. కావున ఈ అన్న విజ్ఞాన విశేషములను గ్రహించి జాగ్రత్త వహింతురు గాక!

-o-

26. అన్నదాన మహిమ

గుణములలో దాన గుణము గొప్పది. "నాదానాదధికం కించిత్'' అని ఆదిత్య పురాణము. దానములలో అన్న దానము గొప్పది. అన్నము వలన శరీరము కలుగును. ప్రాణములు నిల్చును మనసు తయారగును. అది బంధమోక్షములకు కారణ మగును. అన్న నిర్మితమైన యీ శరీరమే ధర్మసాధనకు మూలము. ఇన్నిటికి మూల కారణమగుచున్న అన్నదానమే తక్కిన దానముల కన్న గొప్పదియనుట సత్యదూరము కాదు. ఈ క్రింది పద్యము చూడుడు.

"అన్నంబు బలకరంబన్న మాయుర్వృద్ధికర
మన్న మత్యంత కాంతికరము
తను జంప వచ్చిన ఘన శత్రునకునైన
నన్నంబు బంధుత్వ మావహించు
అన్నంబు వలననే యమరులు ప్రీతులై
పరులకు గోరిన వరములిత్తు
రన్నదానము బోలవన్య దానంబులు
ధరణి లోపల నెల్ల దానములకు''

-భోజరాజీయము(7-233)

అని అన్నదానము యొక్క విశిష్టతను భోజరాజీయము ప్రశంసించినది. అన్నము వలన బలము. ఆయువు కలుగును.

శరీరమునకు కాంతి వచ్చును. చంపుటకు వచ్చిన శత్రువునకు అన్నము పెట్టి ఆదరించినచో అతడు స్నేహితునిగా బంధువుగా మారిపోవును. లోభత్వముచేగాని, మరే యితర కారణముచే గాని భోజన విషయములందు అమర్యాద చేసినచో హితులు, సన్నిహితులు, బంధువులు, ఆత్మీయులు కాదగిన వారు సహితము శత్రువులుగ మారుట తథ్యము. ఇంటికి వచ్చిన అతిథులకు భోజనాది కనీస సదుపాయములు చేయుట మానవ ధర్మము. కలిగి యుండియు లోభియై ఎవడు ఈ ధర్మమును పాటించడో యతడు సంస్కారహీనుడు. పశుతుల్యుడు. అందులకే "ధర్మేణ హీనాః పశుభిః సమానాః" అన్నారు పెద్దలు.

అన్నము వలన దేవతలు ప్రీతులై కోరిన వరము లిత్తురట. దేవతలనగా శరీరము నందుండు ప్రాణదేవతలని నేర్చుకొని యున్నాము. అన్నమయ కోశము నందు ప్రాణమయ కోశము కలదు. అన్నము వలననే ప్రాణములు నిలుచును. అన్నము నందు ప్రాణము కలదు. అన్నము భుజించుట వలన కలిగిన ప్రాణశక్తిచే ఇంద్రియ బలము పొంది వానిద్వారా మనము కోరికలు నెరవేర్చు కొందుము. అన్నము వలన దేవతలు ప్రీతులై కోరిన వరము లిత్తురనగా నిదియే.

ఆకలితో నున్న వానికి భగవంతుడు అన్నము నందే కనిపించును. కావున అట్టి వానికి అన్నము పెట్టుట కన్న మోక్షము

లేదు. అంతకన్న వేరే పుణ్యము లేదు. అన్నదాన మితరులకు చేయుట వలన వారిలోని ప్రాణదేవతలు కూడ తృప్తిచెంది అన్నదాత కోరికలు మరింత ఫలవంతము చేయుదురు. కావున దేవతలను వేరుగా భావింపరాదు. వారు శరీరము నందే కలరు.

కేవల శరీర దృష్టిన
దేవతల న్వేఱ కలుగఁ దెలిసినజడులన్
నా వాసు దేవతాస్థితి
భావింపని పూజ సాంతఫలమై త్రిప్పున్॥

-ఆముక్త మాల్యద.

కావున అన్నదాతను తప్పక దేవతలు సుఖింప చేయుదురు. "అన్నదాతాసుఖీభవ". అట్టి అన్నదాత, భయత్రాత తండ్రితో సమానులు.

అతిథికి అన్నము:- అతిథి సత్కారము గృహస్థ ధర్మము. అతిథి యనగా నెవరు?

"ఏకరాత్రం నివసన్నతిథిర్బ్రాహ్మణ స్మృతః
అనిత్యంహి స్థితో యస్మాద తిథిరుచ్యతే॥

స్మృతి - 3 (102)

అనిత్యముగ నుండువాడు, ఒక రాత్రిపూటకు మాత్రమే

నివసించు వాడును అతిథియగును. అట్టి యతిథికి ఉన్నంతలో ఆసనాశన పానీయములు సమర్పించుట ధర్మము. గృహస్థునకు అన్నము పెట్టు శక్తి లేనిచో ఆసనమొసగి, మంచినీరు, మంచి మాటలచే నైన తృప్తి చేయవచ్చును. అంతేగాని అతిథిని నిర్లక్ష్యము మాత్రము చేయరాదు.

తినుము విశేషించియుఁ బురు
షుని భోజనవేళ నతిథిక్షుత్పీడితుడై
చనుదెంచి గ్రాసమడిగిన
దనముందటి యశనమైనఁ దగునొసగంగన్ ॥
-భోజరాజీయము (3-125)

దీనినిబట్టి అతిథి ఆకలితో వచ్చి అన్న మడిగినచో గృహస్థు తనముందరి అన్నమైనను సరే వెంటనే వాని కిచ్చితృప్తి గావించ వలెనట. దాని కంత ప్రాముఖ్యమున్నది.

అన్నదానము నొక యజ్ఞముగ మనవారు పరిగణించిరి. అతిథులకు అన్నదానము చేయుటను 'మనుష్యయజ్ఞ' మందురు. ఈ అన్నదానముచే మనుష్య నందలి జఠరాగ్నిలో అన్నాహుతి యగుచున్నది కావున నిది మనుష్య యజ్ఞము.

పాపము, కొందరు వ్యక్తులు లోభముచే ధనము మిగుల్చు కొనుట కొరకు, నిత్యము పరాన్నభుక్కులుగ నుందురు. ఎవడు

సోమరియై నిత్యము పరులపై నాధారపడి, పరాన్నమును తినుచుం డునో అట్టివాని యొద్ద లక్ష్మి నివసించదు. "త్యజ్యతే సశ్రియా నిత్యం పరాన్నే యాస్తు లంపటః" అట్టి పరాన్న భుక్కులను గ్రక్కున విడువవలెను. వారిని దూరముగ నుంచుటయే శ్రేష్ఠము.

అన్నదాన మహిమ:- పూర్వ మొక బ్రాహ్మణుడు అన్నదానము చేయుట వలన ప్రయోజన మేమని బ్రహ్మను ప్రశ్నించెనట. అపుడు బ్రహ్మ నీవు నిషధ దేశమునకు వెళ్ళి అచట మహారాజునకు జన్మించ బోవుచున్న యాతని పుత్రుని అడిగి తెలిసికొనుమని చెప్పెను. ఆ బ్రాహ్మణుడు బయలుదేరి అడవి మార్గమున పోవుచుండగా నింతలో సాయంసమయ మయ్యెను. అది యడవి ప్రాంతము కావున రాత్రి ప్రయాణము చేయుట మంచిది కాదనుచు ఒక నిషాదుడు ఆ బ్రాహ్మణుని తన యింటికి అతిథిగా విచ్చేయుమని ఆహ్వానించెను. ఆ రాత్రికి బ్రాహ్మణునకు స్వయంపాక మిచ్చి, భక్తిగౌరవములతో పూజిం చెను.

కాని విధివశమున నాటి అర్ధరాత్రి ఆ బోయడు పులివాత పడి మరణించెను. బ్రాహ్మణుడు దుఃఖించి, విధి విధానమునకు నమస్కరించి, చేయునది లేక తెల్లవారిన తరువాత తన ప్రయాణ మును సాగించి నిషధ దేశము చేరుకొనెను. అచట రాజానుమతిని పొంది అప్పుడే జన్మించిన శిశువువద్దకేగి అన్నదాన మహిమ ఏమి

టని ప్రశ్నించెను. అంతట ఆ పిల్లవాడు నవ్వి "ఓయి బ్రాహ్మ ణుడా! నన్నింకను గుర్తించలేదా? అడవిలో నీకాతిథ్యమిచ్చి పులి వాతపడి మరణించిన నిషాదుడను నేనే. ఒక పూట భోజనము నీకు దానము చేసిన దానికి ఫలితముగ, నేను ఈ నిషధ దేశము నకు కాబోవు మహా చక్రవర్తినై యీ మహారాజు గర్భమునందు జన్మించు అదృష్టము కలిగినది" అని సమాధానము చెప్పెను.

అతడే నలమహా చక్రవర్తి యనియు, ఇది యాతని పూర్వగాథ యనియు పురాణములు చాటుచున్నవి.

ఇట్టిది కదా అన్నదాన మహిమ!

27. అన్న దూషణ ఫలితము

అన్నమును దూషించుట, నిందించుట మహాదోషము. "అన్నం నదూషయతి, అన్నం న నింద్యాత్। తద్వ్రతమ్" అని శాస్త్రము ఆదేశించుచున్నది. ఏలయన అన్నము సృష్ట్యుపాదాన హేతువు. కావుననే అన్నమును బ్రహ్మ అనిరి. అన్నము వలన శరీర ధాతువులు నిష్పన్నములై శరీరత్రయ నిర్మాణము జరుగును. అంతేకాదు ముందు జన్మలకు గూడ కారణమగును. అన్నము వలన మనసు ఏర్పడును. అన్నమే జ్ఞానముగ పరివర్తనము చెందును. ఈ యన్నమే సంతానమునకు కారణమై వంశ వితాన మగును. ఇన్నిటికి ముఖ్య కారణమగుచున్న అన్న బ్రహ్మను

దూషించినను, నిరాదరించినను ఘోరాంధకార బంధురములగు మహా శిక్షల నెదుర్కొన వలసి వచ్చును. ఉదాహరణముగ ఉదంకోపాఖ్యానమును పరిశీలింతము. ఇది శ్రీమహాభారతములోని కథ.

* ఉదంకుని చరిత్ర :- పైలమహర్షి శిష్యుడు ఉదంకుడు. ఇతడు గురు పరిచర్యలచే జ్ఞానమును పొంది, అణిమాది అష్ట సిద్ధులు సాధించి. గురుహిత కార్య దురంధరుడై పౌష్యమహారాజు భార్య కుండలములు తెచ్చుట కరుగు చుండెను. త్రోవలో మహో క్షము నెక్కిన మహానుభావుడొక డెదురై ఆతనిని వృషభ గోమయ భక్షణము చేయుమని చెప్పెను. ఉదంకు డట్లు చేసి పౌష్యరాజు వద్దకేగి-

ఏను గుర్వర్థ మర్థినై మానవేశ !
కడఁగి వచ్చితి నిపుడు నీకడకు వేడ్క
దండితారాతి నీదేవి కుండలమ్ము
లిమ్ము నాపూన్కి యిది సఫలమ్ముగాఁగ॥

- ఆది 1-94

అని యడిగెను. పౌష్యరాజు తన భార్యయొద్దకేగి కుండలములు స్వీకరింపుమని కోరెను,

---

* శ్రీమాన్ మాతంఁద్రిగారి "మహాభారత వైజ్ఞానిక సమీక్ష" దీనికి ఆధారము

ఉదంకునకు పౌష్యరాణి అంతఃపురము నందు కనిపించలేదు. రాజు వద్దకు తిరిగి వచ్చి కుండలములు తెప్పించి యిమ్మని ప్రార్థించెను. పౌష్యుడు పతివ్రతయైన తన భార్య అశుచులకు కన్పించదని చెప్పగా, ఉదంకుడు త్రోవలో తాను గోమయభక్షణము చేయుట వలననే తనకు అశుచి భావము కలిగినదని గ్రహించి, పవిత్ర జలములతో ప్రక్షాళిత పాణిపాద వదనుడై ఆచమించెను. అపుడు పౌష్యరాణిని దర్శించి కుండలములు స్వీకరించెను. ఇట్లు అతిథిగా వచ్చిన ఉదంకుని భోజనము చేసి పొమ్మని పౌష్య మహారాజు కోరెను. అతిథికి భోజనాది సత్కారము మానవ ధర్మము కదా !

ఉదంకుడంగీకరించి భోజనము చేయుచుండగా అన్నము నందు కేశము కనిపించెను. వెంటనే ఉదంకుడు కోపించి "ఇట్లు పరీక్షితంబైన యశుద్ధాన్నము పెట్టిన నీవు అంధుడవగుమని" పౌష్యుని శపించెను. ఇట్లు శపించినందుకు మహారాజును కోపించి "అల్పదోషంబున నాకు శాపంబిచ్చిన నీ వనపత్యుండవగుమని" ఉదంకునకు ప్రతిశాప మిచ్చెను. "నేననపత్యుడ గానోప దీనిని గ్రమ్మరింపుమని" యెంత వేడినను ఫలితము లేకపోయెను. పాపము ఉదంకుడు నవనీతము వంటి నిండు మనసు కలిగిన బ్రాహ్మణోత్తముడు కావున రాజునకు తానిచ్చిన శాపమును మరలించి, ఆశీర్వదించి, గురుపత్నికి కుండలములు తెచ్చి యిచ్చెను.

ఇంక పౌష్యోదంకులు అన్యోన్య శాపములకు గురియగు టకు కారణము అపరీక్షితమైన అన్నము. సరిగా పరీక్షింపక పోవుట అంధత్వమునకును, అజ్ఞానమునకు నిదర్శనము. అజ్ఞాన మనగా అవిద్య. ఇది అంధకారమగు తమస్సునకు కారణము. "అన్ధం తమః ప్రవిశంతి యేఽవిద్యా ముపాసతే" అని శ్రుతి. సరిగ పరీ క్షింపక పోవుట అజ్ఞానాంధకారమునకు సంబంధించినది కావున అంధత్వ శాపమును పొందినాడు పౌష్యుడు.

ఇక ఉదంకునకు పౌష్యరాజిచ్చిన శాపము అనపత్యము (సంతాన హీనత). ఇందుకు కారణము వ్యాస భారత మిట్లు చెప్పుచున్నది.

"యస్మాత్త్వ మదుష్టమన్నం దూషయసి
తస్మాదనపత్యో భవిష్యసి"
— ఆది ప. 3-133

అదుష్టమగు అన్నమును దూషించితివి కావున అనపత్యుడ వగుమని దీని భావము.

మనము తిన్న అన్నము శరీరము నందు సప్తధాతువులుగ మారి శుక్ర రూపమున సంతాన హేతువగుచున్నది. అనగా సృష్టి కర్త యగుచున్నది, సృష్టికర్త బ్రహ్మ యని ప్రసిద్ధి. కావున అన్నము బ్రహ్మ. "సత్యం జ్ఞాన మనంతం బ్రహ్మ" ఇది

బ్రహ్మ యొక్క లక్షణము. ఈ లక్షణములు అన్నమునకు గూడ పట్టును. అన్నమే జ్ఞానముగ పరిణమించుచున్నది. కావున జ్ఞాన స్వరూపమగు అన్న బ్రహ్మము నందు సహజముగ దోష మేమాత్రము లేదు. అందుచే దోషములేని అన్నమును దూషించినచో ఫలితము అనపత్యము. అన్నమే సంతానమునకు హేతువు కదా! కావుననే పౌష్యమహారాజు అశుద్ధాన్న మనుచు అన్నమును దూషించిన ఉదంకునకు సంతానహీనుడవు కమ్మని శాపమిచ్చెను. ఈ శాపమునకు తిరుగులేదు. ఇది మరలించుట కష్టము. ఏలయన అన్నాపత్యములకు గల సంబంధ మట్టిది. కావుననే పౌష్యరాజు తానిచ్చిన యీ శాపమును మరలింపలేక పోయెను.

మరి ఉదంకుడు రాజున కిచ్చిన శాపము అంధత్వము. అది అజ్ఞానాంధత్వము కావున విజ్ఞాన గ్రహణముచే దానిని పోగొట్టు కొన వచ్చును.

"అజ్ఞాన కలుషం జీవం జ్ఞానాభ్యాసాద్వి నిర్మలం
కృత్వా జ్ఞానం స్వయంవశ్యే జ్జలంకతకరేణువత్"

అజ్ఞాన మనెడు కలుషజలమును విజ్ఞాన కతకఫలముచే నిర్మలము గావించు కొన వచ్చునని దీని భావము. కావున పౌష్యరాజు పొందిన శాపమునకు విమోచనము లంభించినది. కాని ఉందకుడు పొందిన శాప మట్టిది కాదు. ఇది అన్న దూషణమునకు

సంబంధించినది. కావున దీనికి నిష్కృతి లేదు. అనుభవించ వలసినదే. అందు చేతనే సంతాన సూత్రమునకు హేతువైన అన్నమును దూషించి ఉదంకుడు సంతాన హీనుడై, దీనుడై, మనోవ్యధతో కృంగిపోవలసి వచ్చెను.

దుష్టాన్నము పెట్టుట వలన అంధత్వము (గ్రుడ్డితనము), అన్న దూషణము వలన అనపత్యము కలుగుట తథ్యమని పంచమ వేద సందేశము. ఇది స్పష్టము.

- o -

28. కాశీ అన్నపూర్ణ - వ్యాసుని భిక్షాటన

ఈశ్వరుని షోడశ కళలు అన్నముతో పూర్ణమగును కనుక అతని శక్తి అన్నపూర్ణ. ఈశ్వర శక్తిని షోడశి అందురు. ఇది అన్నముతో పరిపూర్ణ మగును. పరమేశ్వరుని జ్ఞాన ప్రకాశ కళ అన్నముతో పూర్ణమగుటచే కాశీ అన్నపూర్ణ అందురు. ఈ ప్రకాశము రెండు విధములు.

1. జ్ఞాన ప్రకాశ స్థానమైన భ్రూవోర్మధ్యము (కనుబొమల నడుమ) కాశి. ఇది విశ్వేశ్వరుని కాశి.

2. వ్యాసకాశి. వ్యాసమనగా బ్రహ్మదండి. (వెన్నెముక) దీని కేంద్రము హృదయము. దీనికి జ్ఞానాన్నము శిరసు నుండి

హృదయమునకు అన్నపూర్ణ ద్వారా వచ్చును. మన భారతీయు లకు కాశీక్షేత్రము పుణ్య తీర్థము.

తీర్థములు రెండు రకములు. 1. బాహ్యము. 2. మానసికము. బాహ్య తీర్థముల కన్న మానసిక తీర్థములు శ్రేష్ఠములు. సత్యము, ఇంద్రియ నిగ్రహము, అనసూయ, దానము, సంతోషము, దయ, బ్రహ్మ చర్యము, ధృతి, యమము, సమత్వము, పుణ్యము, విజ్ఞానము అనునవి మానసిక తీర్థ లక్షణములు.

వీని నాచరింపక బాహ్య తీర్థములెన్ని సేవించినను ఫలితము శూన్యము. మనసునందు పుట్టెడు దుర్గుణములుంచుకొని, చెడు పనులు చేయుచు, క్రోధ మాత్సర్యాదులకు లోనై నీతి బాహ్యముగ ప్రవర్తించుచు, తీర్థ యాత్రలు సేవించినచో ప్రయోజన మెట్లు చేకూరును? బాహ్య శుద్ధితో బాటు అంతర్విశుద్ధియు చాల ముఖ్యము. కావున ముందు మానసిక తీర్థ లక్షణము లలవర్చుకొని, బాహ్య తీర్థ క్షేత్రదర్శనమున కేగినచో యాత్ర సార్థక మగును.

ఇట్టి మానసిక తీర్థము లందగ్రగణ్యము కాశీక్షేత్రము. ఇది మోక్ష దాయిని యైన పుణ్యతీర్థము. ఇచట ఆకలిగొన్నవారికి అమృత భిక్షాన్నము పెట్టు అన్నపూర్ణ భవాని భూతపతి యిల్లాలై కాపాడు చుండును.

వ్యాసుని భిక్షాటన:- కాశీక్షేత్రము నందు వ్యాసమహర్షి

శిష్య వర్గముతో మోక్షపదవీ కల్యాణ లాభార్థము మాధుకర వృత్తితో ఉదర పోషణము గావించు కొనుచు నివసించు చుండెను. ఒకనాడు ఆతని మనసును పరీక్షింప దలచి విశ్వేశ్వరుడు విశాలాక్షితో కాశి యందాతనికి భిక్ష కలుగకుండ చేయుమని చెప్పెను. అఖిల భూతాంతర్యామిని యైన ఆమహాదేవి కాశీ నగరము నందలి గృహిణీ గృహస్థుల అంతరంగముల నధివసించి భిక్షాదాన ప్రతిష్టంభనము చేసెను.

వ్యాసుడు బ్రాహ్మణ గృహ వాటికలను "భిక్షాం దేహి మాతా" అనుచు తిరిగి తిరిగి భిక్షాన్నము దొరుకక అన్నపూర్ణాదేవి వేంచేసి యున్న కాశి యందు తనకు, తన శిష్యులకు అన్నము దొరకక పోవుటచే మిక్కిలి కోపించెను. కాశీపట్టణము నందలి బ్రాహ్మణులు తనను అవమాన పరచిరను కోపావేశముతో క్షుత్పిపాసా పరవశుడై కాశీనగరమును శపించుటకు పూనుకొనెను. "క్షుధాబాధితుడు కృత్యాకృత్యము లారయ జాలడు కదా !"

వెంటనే పార్వతీ మహేశ్వరులు బ్రాహ్మణ రూపములు ధరించి వచ్చి వ్యాసుని ఆతిథ్యమున కాహ్వానించిరి. శిష్య సమేతుడై వచ్చిన వ్యాసునకు ముక్తి కాలాంతరము నందు అమృతాన్న భిక్షను పెట్టి యాతని కోపముడిగించిరి. కాశిని శపింప బూనుట అజ్ఞానమని తెలిపి వానికి జ్ఞానోదయము గావించిరి. కాశిపై కోపించిన వ్యక్తి యెంతటి ఋషియైనను కాశియందుండుటకు అనర్హుడని

మహేశ్వరాన్నపూర్ణలు వ్యాసునకు కాశీబహిష్కారణ శిక్షను విధించిరి. ఇక ఇందలి రహస్యార్థమును పరిశీలింతము.

''కాశీపురక్షేత్ర వాసమ్ము లేకయే
విజ్ఞాన దీపంబు విస్తరిలదు
జ్ఞానమున గాని మోక్షంబు సంభవింప
దతివ! జ్ఞానంబనంగ వేదాంతవాక్య
సంభవంబైన దదియపో జ్ఞాన మంద్రు
తరుణి! విజ్ఞాన మీ సూక్ష్మ మెఱిఁగి కొనుము"

కాశీఖండము ఆ 3-70 ప.

జ్ఞానమున మాత్రమే మోక్షము సంభవించును. వేద శాస్త్రోక్తమగు విజ్ఞానమే జ్ఞానము. ఇది కాశీ నివాసము లేనిచో లభింపదు. విజ్ఞాన దీపము ప్రకాశింపదు అని పై పద్యము యొక్క భావము.

కాశి యనగా 'కాశము'(ఒకనొక ప్రదేశము) కలది. దీనికి 'ప్ర' అను ఉపసర్గ చేరినచో ప్రకాశమగును. ప్రకాశము కలది కాశియని అర్థము. ఇది నుదుటి యందు భ్రూమధ్య ప్రదేశము. ఈ ప్రకాశము జ్ఞానమునకు సంబంధించినది. కాశి యందు కలది జ్ఞాన ప్రకాశమే కావున "కాశీపుర క్షేత్ర వాసమ్ము లేకయే విజ్ఞాన దీపంబు విస్తరిలదు" అని చెప్ప బడినది.

కాశి యందు వేంచేసిన భగవంతుడు మహేశ్వరుడు. "జ్ఞానం మహేశ్వరాదిచ్ఛేత్" అని అభియుక్తి. మహేశ్వర జ్ఞానము వలన మోక్షము కలుగును. ఈ జ్ఞానము అన్నము వలన కలుగును. కావుననే ఇచట మహేశ్వరుని భార్య అన్నపూర్ణ. జఠరాగ్ని యందాహుతి యైన అన్నము క్రమ పరివర్తన మొంది జ్ఞానముగ మారును. కావున అన్నపూర్ణ గృహిణీ గృహస్థుల అంతరంగ జ్ఞానము నందధివసించి భిక్షాదాన ప్రతిష్టంభనము చేయ గలిగినది.

కాశి జ్ఞాన ప్రకాశి యగుటచే అందు మోక్షము లభించును. కావుననే వ్యాసుడు మోక్ష పదవీ కల్యాణ కాంక్షతో కాశియందు నివసించెను. అతడర్థించినది జ్ఞాన భిక్షయే. జ్ఞానమున గాని మోక్షము లభించదు కదా! ఈ జ్ఞానభిక్షను వ్యాసుడు బ్రాహ్మణగృహములకు మాత్రమే యేగి యాచించుట చూడ ఆతడాశించిన జ్ఞానము బ్రహ్మ జ్ఞానమని స్పష్ట మగుచున్నది. "బ్రహ్మ జ్ఞానీతు బ్రాహ్మణః" అని నిర్వచనము. అట్టి బ్రహ్మ విజ్ఞానము, బ్రహ్మ స్వరూప మగు అన్నము ద్వారా ఈశ్వరానుగ్రహమున లభింప వలెను. కావున ఈశ్వరాజ్ఞచే అన్నపూర్ణయే వ్యాసునకు జ్ఞానభిక్ష ప్రసాదించినది. ఆ మహేశ్వరాన్న పూర్ణలు వ్యాసున కీయదలచినదియు బ్రహ్మజ్ఞాన భిక్షయే కావున వారు బ్రాహ్మణ రూపధారులై వచ్చిరి.

ఈ జ్ఞానభిక్ష ముక్తి శాలాంతరమున వడ్డింపబడుటచే జ్ఞానము ముక్తిదాయకమను విషయము బలపడు చున్నది.

అట్టి ముక్తిదాయకమగు విజ్ఞాన ప్రకాశి కాశిని శపింప బూనుట అజ్ఞానము. ఎంతటి ఋషియైనను జ్ఞానకాశిని కాదనుకొని జ్ఞానముపై కోపించినచో అందు వసించు అర్హత అప్పుడే పోవు చున్నది. ఇదియే వ్యాసునకు కాశీ బహిష్కరణ శిక్షను విధించుట లోని రహస్యము. జ్ఞానముతో సమానమైనదియు, దానికంటె పవిత్రమైనదియు వేరొకటి లేదు. అట్టి ఈశ్వరీయజ్ఞానముచే పరమ శాంతి లభించును,

"నహి జ్ఞానేన సదృశం
పవిత్ర మిహ విద్యతే
జ్ఞానం లబ్ధ్వా పరాంశాంతి
మచిరేణాధి గచ్ఛతి."

— భగవద్గీత.

-o-

29. కడపంక్తి

తే॥ గీ॥ అన్న నిర్మితమైన దేహంబుతోడ
నంద దగి నట్టి యణిమాదికాష్టసిద్ధు
లంచితంబుగ సాధింప నెంచితేని
అన్న నియతిని పాటించు టవసరంబు॥

సీ॥ ఏ యన్నమే భావమేరీతి గలిగించు
నను వస్తుగుణమెంచి తినగ వలయు
ఏ వస్తు గుణముచే నేమనస్సేర్పడు
నను వివేచన జేసి తినగ వలయు
ఏ మనోవృత్తిచే నేజన్మ ప్రాపించు
నను రహస్య మెఱింగి తినగ వలయు
ఏ జన్మ మగ్రమో యీశ్వరాస్తిత్వంబు
దెలియుట కని యెంచి తినగలవలయు

అటుల దెలియక తిన్న భూతాన్న దోష
మెటుల పీడించునో దెల్ప నెవరి తరము?
ఉద్ధరింపవె సదశన బుద్ధి నొసఁగి
జ్ఞాన సంకాశ! పరమేశ! శ్రీనివాస॥

కం॥ గురు కరుణన్ గురుశాస్త్రము
సరస హృదయ! తెల్పరచన సాగించితి,సు
స్థిర సంకల్పంబున యీ
పరమార్థము నాదరించి పడయుము ముక్తిన్॥

ఇతి శ్రీ మదాంగిరస పౌరుకుత్స త్రాసదస్య త్రయార్షేయ
ప్రవరాన్వితేన శఠమర్షణ గోత్రేణ ఆపస్తంబ సూత్ర
పవిత్ర శ్రీ శ్రీమత్తిరుమల వేంకట సుగుణావతీ
శ్రీనివాసాచార్య పుణ్య దంపత్యోః చతుర్థ
పుత్రేణ వేంకట రాజగోపాలాచార్య
శర్మణా విరచితః 'అన్నవిజ్ఞాన'
గ్రంథోఽయం సమాప్తిం నీతః



30. ఉపజీవికా గ్రంథములు

1. శ్రీమద్బ్రహ్మ విజ్ఞాన పరిచయము
   శ్రీ ఇల్లా కృష్ణమూర్తిశాస్త్రిగారు
2. ఆత్మ - బ్రహ్మ - కర్మ విజ్ఞానము ,,
3. వర్ణాశ్రమ సంస్కార విజ్ఞానము ,,
4. గీతావిజ్ఞానము ,,
5. గీతాచార్య విజ్ఞానము ,,
6. కర్మయోగ విజ్ఞానము ,,
7. వేదాంత మత సమీక్ష ,,
8. భగవద్గీత - శ్లోక తాత్పర్యములు - శ్రీవసుమూర్తి
   శ్రీరామమూర్తి
9. ఆంధ్ర విజ్ఞాన సర్వస్వము - Vol - 7 (దర్శనములు - మతములు)
10. ఉపనిషత్తులు:- (సంస్కృత మూలములు)
    1. ఈశోపనిషత్తు 2. కేనోపనిషత్తు 3. కఠ 4. ప్రశ్నోపనిషత్తు 5. ముణ్డకోపనిషత్తు 6. మాండూక్యము. 7. ఛాందోగ్యము 8. తైత్తరీయము.
11. ఆంధ్ర మాండూక్య - ప్రశ్నోపనిషత్తులు - శ్రీమాన్ పరవస్తు రంగనాధాచార్య ప్రణీతము. Published in 1899

12. ఆంధ్ర మహాభారతము - నన్నయ్య భట్టారకుడు
13. వ్యాసభారతము - నన్నయ పరిష్కారము
డా॥ జొన్నలగడ్డ మృత్యుంజయరావు
14. భోజరాజీయము - అనంతామాత్య
15. ఆముక్తమాల్యద - శ్రీకృష్ణదేవరాయ ప్రణీతము; వేదము వారివ్యాఖ్యానము
16. కాశీఖండము - శ్రీనాథ
17. ద్వాదశసూరి చరిత్రము - శ్రీమాన్ కె. టి. యల్. నరసింహాచార్య
18 దివ్యప్రబంధ మాధురి " "
19. అమరకోశము
20. గురుబాల ప్రబోధిక
21. ఆంధ్రశబ్దరత్నాకరము - నిఘంటువు
22. విద్యార్థి కల్పతరువు
23. ఐతరేయారణ్యకము
24. బ్రహ్మాండ పురాణము (తెలుగు)
కర్త:- శ్రీ జనమంచి శేషాద్రిశర్మ
25. వ్యాసాలు:-
1. "ఆహార శుద్ధౌస త్త్వశుద్ధిః" - శ్రీ మోపిదేవి కృష్ణస్వామి - సప్తగిరి - జనవరి 1983

2 "శాకాహారంమేలు" - శ్రీ కొండముది హనుమంత రావుగారు, విజ్ఞానవిశేషవ్యాసం ఆంధ్రప్రభ దినపత్రిక 24-10-81

26. బ్రాహ్మణుని చౌర్యగాథ - శ్రీ వై. యస్ రాంప్రసాదు (కామర్సు లెక్చరర్ - భీమవరం) గారి ద్వారావిన్నది.

27. వస్తుగుణప్రకాశిక: బ్రహ్మశ్రీ ఆయుర్వేదభూషణ భిషగ్వర, పండితపీటూరి వాసుదేవశాస్త్రిగారు. A. M. A.C.

28. "ధ్యానం - జీవితం" స్వామీ చిన్మయానంద - అనువాదము ఉ. రాధాకృష్ణయ్య

29. తత్త్వసారము - శ్రీ విద్యా ప్రకాశానందగిరిస్వాములవారు

30. బ్రహ్మతత్వవికాసము - శ్రీ వెలిచె శేషయ్యశాస్త్రి

-o-

31. భృగువల్లి
(తైత్తరీయము)

హరిః ఓమ్॥ భృగుర్వై వారుణిః వరుణం పితర ముపససార అధీహిభ గవో బ్రహ్మేతి । తస్మాఏతత్ప్రోవాచ । అన్నంప్రాణం చక్షుశ్శ్రోత్రం మనోవాచమితి । తగ్ంహోవాచ । యతోవా ఇమానిభూతానిజాయన్తే । యేనజాతానిజీవన్తి । యత్ప్రయన్త్యభి సంవిశన్తి । తద్విజిజ్ఞాసస్వ । తద్బ్రహ్మేతి । సతపో తప్యత సతపస్తప్త్వా ౧ ॥ అన్నం బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్ । అన్నాద్ధ్యేవ ఖల్విమాని భూతాని జాయన్తే అన్నేన జాతాని జీవన్తి । అన్నం ప్రయన్త్యభి సంవిశన్తీతి । తద్విజ్ఞాయ । పునరేవ వరుణం పితర ముపససార । అధీహిభగవో బ్రహ్మేతి । తగ్ంహోవాచ । తపసాబ్రహ్మవిజిజ్ఞాసస్వ । తపోబ్రహ్మేతి । సతపోతప్యత । సతపస్తప్త్వా౨॥॥

ప్రాణోబ్రహ్మేతివ్యజానాత్ । ప్రాణాద్ధ్యేవ ఖల్విమానిభూతానిజాయన్తే। ప్రాణేన జాతాని జీవన్తి । ప్రాణంప్రయన్త్యభిసంవిశన్తీతి । తద్విజ్ఞాయ । పునరేవ వరుణం పితరముప ససార । అధీహిభగవో బ్రహ్మేతి । తగ్ం హోవాచ । తపసాబ్రహ్మ విజిజ్ఞాసస్వ । తపోబ్రహ్మేతి । సతపోతప్యత । సతపస్తప్త్వా ॥౩॥

మనో బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్ । మనసోహ్యేవ ఖల్విమాని

భూతానిజాయన్తే । మనసా జాతాని జీవన్తి । మనఃప్రయన్త్యభిసం
విశన్తీతి తద్విజ్ఞాయ పునరేవ వరుణం పితరముపససార అధీ-
హిభగవో బ్రహ్మేతి తగ్ంహోవాచ తపసాబ్రహ్మవిజిజ్ఞాసస్వ
తపోబ్రహ్మేతి సతపోతప్యత సతపస్తప్త్వా ॥౪॥

విజ్ఞానం బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్ విజ్ఞానాద్ధ్యేవ ఖల్విమా
నిభూతాని జాయన్తే విజ్ఞానేన జాతాని జీవన్తి విజ్ఞానం ప్రయ-
న్త్యభిసంవిశన్తీతి తద్విజ్ఞాయ పునరేవ వరుణం పితరముపససార-
అధీహి భగవో బ్రహ్మేతి తగ్ంహోవాచ తపసాబ్రహ్మ
విజిజ్ఞాసస్వ తపోబ్రహ్మేతి సతపోతప్యత సతపస్తప్త్వా ॥౫॥

ఆనన్దోబ్రహ్మేతివ్యజానాత్ ఆనన్దాద్ధ్యేవ ఖల్విమాని భూ-
తాని జాయన్తే ఆనన్దేన జాతాని జీవన్తి ఆనన్దంప్రయన్త్యభిసం
విశన్తీతి సైషాభార్గవీవారుణీవిద్యా పరమేవ్యోమన్ప్రతిష్ఠితా
యఏవం వేదప్రతితిష్ఠతి అన్నవానన్నాదోభవతి మహాన్భవతిప్ర
జయాపశుభిర్బ్రహ్మవర్చసేన మహాన్కీర్త్యా ॥౬॥

అన్నం ననిన్ద్యాత్ తద్వ్రతమ్ ప్రాణోవాఅన్నమ్ శరీ-
రమన్నాదమ్ ప్రాణేశరీరం ప్రతిష్ఠితమ్ శరీరేప్రాణఃప్రతిష్ఠితః
తదేతదన్నమన్నే ప్రతిష్ఠితమ్ సయఏతదన్నమన్నే ప్రతిష్ఠితం
వేదప్రతితిష్ఠతి అన్నవానన్నాదోభవతి మహాన్భవతి ప్రజయ
పశుభిర్బ్రహ్మవర్చసేన మహాన్కీర్త్యా ॥౭॥

అన్నం నపరిచక్షీత తద్వ్రతమ్ ఆపోవాఅన్నమ్ జ్యోతి
రన్నాదమ్ అప్సుజ్యోతిః ప్రతిష్ఠితమ్ జ్యోతిష్యాపః ప్రతిష్ఠితాః
తదేతదన్నమన్నే ప్రతిష్ఠితమ్ సయఏతదన్నమన్నే ప్రతిష్ఠితం వేద
ప్రతితిష్ఠతి అన్నవానన్నాదోభవతి మహాన్భవతిప్రజయాపశు -
భిర్బ్రహ్మ ర్చసేన మహాన్కీర్త్యా ॥౮॥

అన్నం బహుకుర్వీత తద్వ్రతమ్ పృథివీవాఅన్నమ్ ।
ఆకాశోఽన్నాదః పృథివ్యామాకాశఃప్రతిష్ఠితః ఆకాశే పృథివీ
ప్రతిష్ఠితా తదెతదన్నమన్నే ప్రతిష్ఠితమ్ సయఏతదన్నమన్నే
ప్రతిష్టితం వేదప్రతితిష్ఠతి అన్న వానన్నాదోభవతి మహాన్భవతి
ప్రజయా పశుభిర్బ్రహ్మవర్చసేన మహాన్కీర్త్యా ॥౯॥

నకంచన వసతౌ ప్రత్యాచక్షీత తద్వ్రతమ్ తస్మాద్యయా
కయాచవిధయా బహ్వాన్నం ప్రాప్నుయాత్ అరాధ్యస్మాఅన్న-
మిత్యాచక్షతే ఏతద్వైముఖతోఽన్నగ్ం రాద్ధమ్ ముఖతో-
స్మాఅన్నగ్ం రాధ్యతే ఏతద్వైమధ్యతోఽన్నగ్ంరాద్ధమ్ మధ్యతో-
స్మాఅన్నగ్ంరాధ్యతే ఏతద్వాఅన్తతోఽన్నగ్ం రాద్ధమ్ అన్త-
తోస్మాఅన్నగ్ం రాధ్యతె యఏవం వేద క్షేమఇతివాచి యోగ
క్షేమ ఇతిప్రాణాపానయోః కర్మేతిహస్తయోః గతిరితి పాద-
యోః విముక్తిరితిపాయౌ ఇతిమానుషీస్సమాజ్ఞాః అథదైవీః
తృప్తిరితివృష్టౌ బలమితివిద్యుతి యశ ఇతిపశుషు జ్యోతిరితి
నక్షత్రేషు ప్రజాతిరమృతమానన్ద ఇత్యుపస్థే సర్వమిత్యాకాశే

తత్ప్రతిష్ఠేత్యుపాసీత ప్రతిష్ఠావాన్భవతి తన్మహ ఇత్యుపాసీత
మహాన్భవతి తన్మన ఇత్యుపాసీత మానవాన్భవతి తన్నమ ఇ-
త్యుపాసీత నమ్యన్తేఽస్మైకామాః తద్బ్రహ్మేత్యుపాసీత బ్రహ్మ-
వాన్భవతి తద్బ్రహ్మణః పరిమర ఇత్యుపాసీత పర్యేణం మ్రియన్తే
ద్విషన్తస్సపత్నాః పరియేఽప్రియాభ్రాతృవ్యాః సయశ్చాయం
పురుషే యశ్చాసావాదిత్యే స ఏకః సయ ఏవంవిత్ అస్మాల్లోకా
త్ప్రేత్య ఏతమన్నమయమాత్మానముప సంక్రమ్య ఏతం ప్రాణ
మయమాత్మానముపసంక్రమ్య ఏతం మనోమయమాత్మానముప
సంక్రమ్య ఏతం విజ్ఞానమయమాత్మానముప సంక్రమ్య ఏత
మానన్దమయమాత్మానముప సంక్రమ్య ఇమాన్లోకాన్కామాన్నీ
కామరూప్యను సంచరన్ ఏతథ్సామగాయన్నాస్తే హాఽవుహా౩వుహా
౩వు అహమన్నమహమన్న మహమన్నమ్ అహమన్నాదోఽ
ఽహమన్నాదోఽఽ హమన్నాదః అహగ్ం శ్లోకకృదహగ్ం
శ్లోకకృదహగ్ం శ్లోకకృత్ అహమస్మి ప్రథమజా ఋతా౩స్య
పూర్వం దేవేభ్యో ఽమృతస్యనా౩భాయి యోమాదదాతి స
ఇదేవమా౩వాః అహమన్నమన్న మదన్తమా౩ద్మి అహం
విశ్వం భువనమభ్యభవామ్ సువర్ణజ్యోతీః య ఏవంవేద
ఇత్యుపనిషత్ ॥౧౦॥

భృగుస్త్రయోదశాన్నం ప్రాణో మనో విజ్ఞానమితి విజ్ఞానం

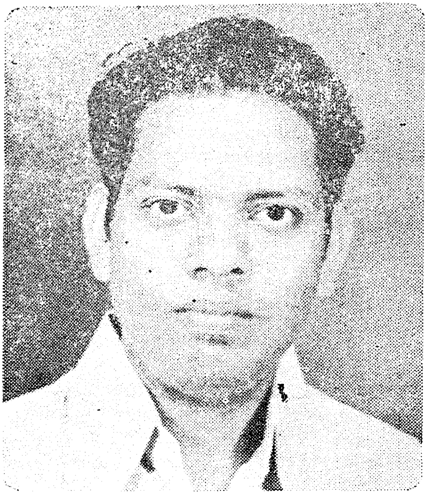
ద్వాదశ ద్వాదశానన్తా దశాన్నం. న నిన్ద్యాదన్నం న పరిచక్షీతాన్నం బహుకుర్వీత పృథివ్యాకాశ ఏకాదశై కాదశ సకంచనై కషష్టిదశ ॥౧౦॥

హరిః ఓమ్॥ ఇతి తైత్తిరీయోపనిషది

తృతీయః ప్రశ్నస్సమాప్తః

సహనావవతు సహనౌభునక్తు । సహవీర్యంకరవావహై తేజస్వినావధీతమస్తు మావిద్విషావహై ఓం శాన్తిశ్శాన్తిశ్శాన్తిః॥





గ్రంథకర్త

Mr. S. T. V. Rajagopalacharyulu is a brilliant man endowed with taste, talent and critical acumen in his Telugu Subject.

Prof. S. V. Joga Rao,
Andhra Univety. WALTAIR.

"శ్రీనివాసభారతి" వ్యవస్థాపకులు ఎస్. టి. వి. రాజగోపాలాచార్యులుగారు సహృదయులకు సుపరిచితులు. అముష్యాయణులు, రసజ్ఞులైన వీరు శ్రీరామనామసుధ, తొలికిరణాలు శ్రీనివాసభారతీ ప్రచురణములుగా ఇతఃపూర్వము ముద్రించిరి. వీరు గొప్ప సంస్కారవంతులు. తాదృక్సంస్కార విశేషమునకు ఈ "అన్న విజ్ఞాన" గ్రంథమే సాక్షిగా నున్నది.

అన్న కోశ పరిశీలనము చేసియు అనేకాంశములు సూక్ష్మబుద్ధితో అవలోడన చేసియు 'అన్న విజ్ఞానము' గ్రంథరూపమున వెలువరిచి తెలుఁగువారికి మేలు చేకూర్చిన శ్రీ రాజగోపాలాచార్యుల వారి వ్యవసాయము ఫలవంతమగును గాక!

"కళాప్రపూర్ణ"
మధునాపంతుల
సత్యనారాయణశాస్త్రి
Fellow: A. P. Sahitya Akademi